

STIMOS

UN CANTO DESDE
LA EMOCIÓN:
LAS SOPRANOS
NACIONALES
QUE BRILLAN
DENTRO Y FUERA
DE NUESTRAS
FRONTERAS

DE PROFESIÓN
PAYASO:
LA FAMILIA
PERUANA QUE
HA HECHO
DE ESTE
OFICIO UNA
ENTRAÑABLE
TRADICIÓN

Sobre mi pecho llevo tus colores

¿Qué significa ponerse la camiseta por el Perú?
Figuras destacadas de distintos rubros —desde
el deporte hasta la gastronomía— responden con
el corazón y una consigna en común: celebrar la
grandeza del país que los vio nacer.

TEÓFILO CUBILLAS
Y HÉCTOR
CHUMPITAZ
LUCEN LA MÍTICA
CAMISETA CON LA
QUE SE DISPUTÓ
EL MUNDIAL DE
ARGENTINA 78,
RELANZADA POR
ADIDAS.



CLUB EL COMERCIO
EXCLUSIVO PARA
SUSCRIPTORES

Disfruta y repite con tus beneficios.

Descubre nuevas experiencias gastronómicas con descuentos exclusivos en restaurantes, gracias a tu suscripción a Diario El Comercio.

**o
z
u**

Hasta

35% dto.

en la carta

ache
SUSHI WOK NIKKEI

Hasta

35% dto.

en la carta



30% dto.

en la carta



Hasta

30% dto.

en platos a la carta



25% dto.

en la carta

**K
O**

25% dto.

en toda la carta

Descubre más beneficios en
clubelcomercio.pe

¿Aún no eres suscriptor de El Comercio? Suscríbete al nuevo
Plan Digital con acceso a Club El Comercio
desde **S/9** mensuales



Pasó esta semana



Más idas y vueltas. Durante la audiencia del martes 22 de julio, la Fiscalía apeló la medida de comparecencia con restricciones dictada contra el expresidente Martín Vizcarra. Reiteró el pedido de prisión preventiva alegando riesgo de fuga y obstaculización del proceso. Las acusaciones son por presuntos delitos cometidos en su gestión como gobernador regional de Moquegua. Los casos son Lomas de Ilo y Hospital de Moquegua.



No era la vejez. Esa sensación de que los días son más cortos y pasan volando no era solo una ilusión de la adultez. El pasado 22 de julio la Tierra giró más rápido de lo habitual, provocando el segundo día más corto registrado en la historia.



Con la pierna al aire

JAIR BOLSONARO, EXPRESIDENTE DE BRASIL, APROVECHÓ LA PRENSA PARA MOSTRAR EL MONITOR ELECTRÓNICO DE TOBILLO QUE LA CORTE SUPREMA LE ORDENÓ USAR.



Doña Florinda se defiende. Con el revuelo provocado por las revelaciones de la serie de Netflix "Chespirito: Sin querer queriendo", una de las involucradas, la actriz Florinda Meza, lanzó en sus redes sociales el tráiler de su documental (hecho con IA) "Atrévete a vivir". Aquí contará su versión de los hechos.



500 kilómetros

RECORRERÁ LA EXPEDICIÓN CIENTÍFICA EN LORETO QUE IRÁ TRAS EL ORIGEN DE LA BIODIVERSIDAD AMAZÓNICA. EL EQUIPO ES LIDERADO POR EL PALEONTÓLOGO PERUANO RODOLFO SALAS-GISMONDI.

2 millones

DE PERUANOS VIAJARÁN ESTAS FIESTAS PATRIAS, ESTIMA APOTUR. LOS PRINCIPALES DESTINOS SON LIMA, CUSCO, TRUJILLO Y TARAPOTO.

18 mil soles

EN MULTAS DEBE PAGAR LA PROMOTORA DEL ESPECTÁCULO DIOS DEL CIRCO, DESPUÉS DE QUE UN BAILARÍN REALIZARA TOCAMIENTOS INDEBIDOS A LA ACTRIZ KORINA RIVADENEIRA.



LA COCINA PERUANA DEJÓ DE SER TIERRA DE EGOS PARA CONVERTIRSE EN UNA COMUNIDAD QUE ENTENDIÓ QUE EL ÉXITO NO ES UNA COMPETENCIA DE UNO SOLO, SINO UNA CONSTRUCCIÓN COMPARTIDA

Gastón Acurio
CHEF

En una publicación de Instagram, el chef celebró la unión entre las nuevas generaciones de chefs.



Quítenle el celular. Como cada semana, el presidente de los Estados Unidos, Donald Trump, llegó con una novedad. En su cuenta de Truth Social, usó, nuevamente, la inteligencia artificial, esta vez para recrear un falso arresto del expresidente Barack Obama.



Contenido

26/07/25



10

Ellas también brindan

La mujer peruana pisa fuerte en el universo de nuestro destilado bandera: el pisco. Como un ejemplo de innovación, calidad y tradición, te contamos las historias de mujeres líderes en la industria que brillan como productoras, empresarias y enólogas.

06

Sabores contemporáneos

Visitamos Rastro, flamante restaurante en Miraflores con una propuesta de cocina peruana de autor. Hay platos creativos, comida criolla y muchas recetas a base de carne, para satisfacer todos los antojos en este feriado.



08. Maca Wellness

14. Revolución solar del Perú

21. Donna Cattiva x Basement

22. Circo Beat

30. Sopranos peruanas

34. Los 40 años de Fiesta

38. Ponerse la camiseta

44. En portada: camiseta adidas

49. Astrología

16

Entre risas y ocurrencias

¿Cómo es criarse entre carpas de circo y payasos? La familia peruana Oré comparte sus anécdotas y memorias trabajando en algunos de los circos más importantes del país, mediante un legado que perdura por tres generaciones.



26

Reconociendo la capital

El comunicador y creador de contenido Alejandro Guevara invita a redescubrir Lima a través de su herencia arquitectónica. Una propuesta que cobra relevancia y se presenta como el plan perfecto de cara a las Fiestas Patrias.

SOMOS

Director periodístico:

Juan Aurelio Arévalo
Miró Quesada

Editora:

Nora Sugobono
nora.sugobono@comercio.com.pe

Redactores:

Óscar García
oscar.garcia@comercio.com.pe

Jorge Chávez Noriega
jorge.chavez@comercio.com.pe

Celeste Pérez
maria.perez@comercio.com.pe

Diana Gonzales
diana.gonzales@comercio.com.pe

Colaboradores:

Víctor Idrogo, Úrsula Acuña,
Verónica Calderón.

Corrección de estilo:

Yamileth Latorre

Coordinador Somos web:

Jorge Chávez Noriega

FOTOGRAFÍA

Editor: Richard Hirano

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Editor:

Norman Del Mar Zárate

Administración:

Aracely Filio

Prensa digital:

Empresa Editora
EL COMERCIO S. A.

Impresión:

Amauta Impresiones
Comerciales S. A. C.

Distribución:

Empresa Editora
EL COMERCIO S. A.

INSTAGRAM

@somoselcomercio

REDACCIÓN

Jorge Salazar Aráoz 171,
Urb. Santa Catalina,
La Victoria, Lima. 311-6500

PUBLICIDAD

Claudia Amaya /
claudia.amaya@comercio.com.pe

Calle Jorge Salazar Aráoz 171,
Urb. Santa Catalina, La Victoria.
Teléfono: 311-6500, anexo 2117.
Hecho el depósito legal 992605. Se
distribuye gratuitamente
los días sábados con la edición
de EL COMERCIO. El contenido de
esta revista no puede ser reproducido
total ni parcialmente sin permiso de
los editores.



OSBOURNE FUE UNA FIGURA CLAVE EN LA HISTORIA DEL ROCK. JUNTO A BLACK SABBATH, BANDA QUE FUNDÓ EN 1968, VENDIÓ ALREDEDOR DE 70 MILLONES DE DISCOS.

HASTA SIEMPRE, PRÍNCIPE DE LAS TINIEBLAS

El mundo del rock llora la partida de John Michael ‘Ozzy’ Osbourne el pasado martes 22 de julio. A los 76 años, y rodeado de su familia, el bautizado como “Príncipe de las Tinieblas” partió a un nuevo viaje, consolidándose en la memoria del mundo como una figura clave en la historia del heavy metal. Vocalista y fundador de la banda Black Sabbath, Osbourne (Reino Unido, 1948) revolucionó el género con álbumes emblemáticos como “Paranoid” y “Master of Reality”, donde destacan éxitos como “Hand of Doom” y “Iron Man”. Resulta significativo que en julio de este año ofreció su concierto de despedida “Back to the Beginning”, en

Birmingham, su ciudad natal. Este hito incluyó además a la formación original de Black Sabbath, quienes sorprendieron a más de 45 mil fans.

A lo largo de su carrera en solitario, Ozzy alcanzó el éxito con himnos como “Crazy Train” y “Mr. Crowley”, y ganando popularidad mediática con “The Osbournes”, el ‘reality show’ que incluía a toda su peculiar familia.

Desde 2020, se supo que Osbourne enfrentaba un duro diagnóstico de Parkinson, además de otros problemas de salud que lo limitaron físicamente en sus últimos años. Sin duda, su legado —musical, extravagante e influyente— queda inmortalizado en generaciones de fans y artistas amantes del heavy metal. //



Gastronomía

Rastro

Dirección: Av. Alfonso Ugarte 363, Miraflores

📞 938 534 993

📱 @rastros.peru

Es una de las mesas más novedosas de Miraflores, con una cocina creativa que refresca el panorama del distrito. Cortes de carne, toques criollos y mucho juego de sabores: eso es lo que encontramos por aquí.



NORA SUGOBONO

FOTOS:
HEROÍNA ESTUDIO

Siempre es interesante conocer nuevos talentos. Descubrir el hilo conductor de una carta, preguntar cuáles son los platos que mejor funcionan en un menú que recién empieza a tomar forma, y mirar con curiosidad la cocina, los detalles, lo que piden otros comensales. Al mismo tiempo, también es clave entender las historias de vida detrás de las personas que apuestan por perseguir un sueño: abrir un restaurante propio en una ciudad como Lima, donde el mercado no deja de crecer y los comensales han aprendido a elegir bien a sus favoritos. Sin duda, no es fácil.

De ahí que sea tan importante estar atentos a lo que va ocurriendo, olfatear qué mesas novedosas forman parte de las conversaciones y escuchar qué sitios podrían brindarnos una sorpresa cuando se trata de una experiencia gastronómica fresca, distinta. Rastro abrió oficialmente sus puertas en enero de este año, en una transitada calle miraflorenina donde encontramos varios establecimientos más (tome nota: mejor ir en taxi, no es fácil encon-

1. ASADO DE TIRA EN BBQ DE SACHATOMATE, SERVIDO SOBRE PORCIÓN DE MAC AND CHEESE GRATINADO.

2. CAKE TRUFADO DE CHOCOLATE, UNA DE LAS DOS OPCIONES DULCES EN LA CARTA.

3. CEBICHE EN LECHE DE TIGRE DE MAÍZ MORADO Y DADOS DE CAMOTE GLASEADO.





Los favoritos de Nora

SABORES CRIOLLOS

Hay platos que son tanto un reto como una oportunidad de éxito: entre ellos, el cebiche y el lomo saltado definitivamente entran en la lista. ¿Qué tanto pueden modificarse, o añadirseles un toque distinto sin alterar su esencia? Confieso que el cebiche con leche de tigre a base de maíz morado y camotitos glaseados en dados es bastante refrescante. La combinación no solo configura un bonito mix de colores, sino que también es una grata sorpresa en cuanto a sabor. El lomo saltado, por su lado, tiene una marcada sazón oriental.

A SU SALUD

A la carta de comida le acompaña una corta, aunque variada, lista de vinos (en su mayoría por botella, hay que consultar la disponibilidad por copa) de España, Argentina, Portugal, Alemania, Austria y, por supuesto, el Perú. La coctelería cumple con los clásicos: negroni, chilcanos y una versión de pisco sour que podría tomarse como postre: viene con merengue en lugar de espuma.



LOS ESPOSOS SALLY SÁNCHEZ Y LUCIANO SACO ESTÁN AL FRENTE DE RASTRO. ELLA RECIBE A LOS COMENSALES, ÉL ESTÁ AL FRENTE DE LA COCINA.



SABROSAS CONCHAS DE ABANICO EN REDUCCIÓN ORIENTAL DE TUÉTANO.

trar estacionamiento). Detrás del concepto está Luciano Saco, psicólogo de profesión y apasionado por la cocina desde chico. Su primer acercamiento al rubro fue a través de una marca de hamburguesas vegetarianas, que tuvo durante algunos años y manejó con bastante éxito. Más adelante, la vida lo terminó llevando a Miami junto a su familia, donde vivió en un período corto entre 2022 y 2023. Fue el tiempo suficiente para pasar por los espacios Itame y Maty's (ambos gestionados por la familia Chang, de raíces peruanas), donde Luciano aprendió las bases de la operación de un restaurante. Al volver a Lima, un amigo le dio el empujón que necesitaba para decidirse a abrir un local propio: tras probar su comida —Saco solía cocinar con regularidad para amigos y familia—, le dijo que quería invertir en él.

Lo demás avanzó muy rápido: encontraron el local en octubre del año pasado, lo habilitaron, y en enero de 2025 abrieron oficialmente las puertas al público. Hoy, Rastro tiene una carta con 15 platos, que incluye snacks, entradas, fondos y postres. De momento lo quieren mantener así, pero están abiertos a ver qué pasa en el camino. Pueden visitarlos de lunes a sábado, de 12:30 del mediodía hasta las 10 de la noche; y los domingos de 12:30 hasta las 5 de la tarde. Las porciones son generosas: lo ideal es pedir las para compartir. //



LOMO SALTADO CON PAPAS NATIVAS FRITAS A TRES COCCIONES, ACOMPAÑADO DE ARROZ CON CHOCLO. UNA PORCIÓN CONTUNDENTE.



EL LOCAL ES SENCILLO Y TIENE UNA COCINA ABIERTA. CUENTAN CON UNA TERRAZA Y CON UN COMEDOR CERRADO EN UN ESPACIO ALEDAÑO.

Bienestar

MACA
BUSTAMANTE
@macawellness



Perú: La despensa nutricional del mundo

Nuestra tierra es una rica fuente de productos que nos ayudan a tener una mejor alimentación y nos fortalecen gracias a sus múltiples beneficios. Aquí te dejo ocho ingredientes que puedes añadir a tu dieta desde hoy.

Hay una frase que me encanta repetir: “Perú no solo alimenta, Perú nutre”. Y es que sí, somos un país bendecido por una biodiversidad que nos provee de alimentos realmente nutritivos. Desde la sierra hasta la selva, pasando por la costa, nuestro territorio es una joya nutricional. Sin embargo, muchas veces miramos afuera sin valorar lo que tenemos adentro, o esperamos que se vuelva un ‘boom’ en el extranjero para recién reconocer lo que cosechamos. Así que hoy te invito a redefinir tu lista de compras. Empecemos a ver a nuestros alimentos con los ojos que se merecen: con orgullo, con respeto y con asombro.

FOTOS: ISTOCK

1

QUINUA

La estrella de los Andes. Rica en proteínas completas, contiene los 9 aminoácidos esenciales, algo raro en los vegetales. Es fuente de fibra, hierro, magnesio, zinc y más. Ideal para tener energía sostenida y una buena salud intestinal. Y lo mejor: es muy versátil para las preparaciones, tanto dulces como saladas.

JUAN PONCE

2

KIWICHA (AMARANTO)

Pequeña pero poderosa. Alta en calcio, hierro y lisina (otro aminoácido clave), ideal para fortalecer huesos, músculos y sistema inmune. Es rica en hierro, lo cual la vuelve una herramienta idónea para mejorar la hemoglobina y ayudar a combatir la anemia.

LESLIE SEARLES



PAPA NATIVA

Sí, la papa. Esa que a veces evitamos porque “engorda” cuando en realidad es una buena fuente de carbohidratos complejos, vitamina C, potasio y fibra, sobre todo si se come con cáscara. Además, nuestras papas moradas tienen antioxidantes que ni te imaginas, ¡y contamos con más de 3.800 variedades!

**TARWI**

La legumbre andina subvalorada. Tiene más proteína que la soya, es rica en fibra y en grasas saludables. ¿Lo mejor? Su cultivo mejora el suelo y es resistente al cambio climático. El tarwi no solo es nutritivo, es sostenible.

SACHA INCHI

La nuez de la selva peruana. Altísima en omega-3, ayuda al cerebro, al corazón y a la inflamación. Además, tiene proteína vegetal de alta calidad. Es un superaliado para todas las edades y puede ser parte de loncheras y snacks.

ENRIQUE CÚNEO

**CAMU CAMU**

Este pequeño fruto amazónico tiene hasta 40 veces más vitamina C que una naranja. Ideal para fortalecer defensas, proteger tu piel, y ayudar a prevenir el daño celular por su potente acción antioxidante.

El Perú es considerado un país megadiverso debido a su geografía variada, y diversos climas y ecosistemas. Estos factores han creado condiciones únicas que albergan una gran cantidad de especies de flora y fauna.

ROCOTO

El picante con poder antioxidante y con altísimos niveles de vitamina C (¡más que muchas frutas cítricas!), betacarotenos y capsaicinoides (compuestos bioactivos con efecto termogénico, antimicrobiano y antiinflamatorio). Además, se ha estudiado su capacidad para estimular el metabolismo, mejorar la circulación, e incluso contribuir a la salud intestinal gracias a su acción antimicrobiana selectiva.

MAÍZ MORADO

Una joya de los Andes. Su pigmento oscuro se debe a las antocianinas, antioxidantes potentes con propiedades antiinflamatorias, cardioprotectoras y neuroprotectoras. Incluso se viene estudiando para prevenir enfermedades metabólicas y degenerativas.

Entonces... si tenemos tremendos jugadores nutricionales, ¿por qué no valoramos más nuestros insumos? Porque a veces creemos que lo de afuera es mejor. Pero la ciencia (y el planeta) están diciendo otra cosa: la nutrición del futuro es local, diversa y sostenible. Y el Perú ya lo tiene todo. No necesitamos importar ‘superfoods’ cuando caminamos entre ellos. Nuestra historia, nuestra tierra y nuestra cocina tienen el potencial de nutrir no solo a nosotros, sino al mundo entero. Ahora que ya conoces un poco más de las propiedades de nuestros alimentos, no necesitas buscar ‘superfoods’ en envases importados. Los superalimentos están aquí, en tu mercado, en la chacra, en tus raíces. Valoremos lo que tenemos: no solo nutrimos el cuerpo, también nutrimos nuestra identidad. ¡Feliz día, Perú! //

♦ **Peruanidad**

Espíritu de pisqueras





CLAUDIA MOQUILLAZA
LIDERA LA BODEGA
FINCA 314, UBICADA
EN ICA. ACTUALMENTE,
ESTÁ EXPORTANDO A
SUIZA Y BRASIL.

DESDE LA BARRA DEL HOTEL MANTO, CECILIA MONZÓN TRANSMITE A LOS VISITANTES NACIONALES Y EXTRANJEROS EL POTENCIAL DE LAS UVAS PISQUERAS. AHÍ SIRVEN CÓCTELES CLÁSICOS Y DE AUTOR.

Por tradición, trabajo y amor al pisco estas tres mujeres se han involucrado de lleno en promover y hacer disfrutar al mundo de nuestro destilado bandera. En esta nota nos cuentan, desde su experiencia, cómo se está consumiendo en la actualidad y la importancia de apreciar el buen pisco tanto en barras y restaurantes como en casa. En estas Fiestas Patrias, miremos nuestros piscos y probemos sus variedades como una forma de saborear nuestra identidad.



**DIANA
GONZALES
OBANDO**

FOTOS:
**RICHARD
HIRANO**

La presencia del pisco es de larga data en la familia de Claudia Moquillaza, actual representante de cinco generaciones de mujeres pisqueras desde la bodega Finca 314, en Ica. Recuerda que su bisabuela, Julia Francisca, solía tomar el pisco en mulitas, puro y con un poco de limón. Los mayores de su familia lo bebían mientras disfrutaban de turrones y paciencia, la tradicional galletita iqueña, especialmente en el mes de octubre y durante las festividades del Señor de Luren.

Desde Finca 314 —fundada en 1821 por Etelvina Mendoza—, se han dedicado a trabajar por un pisco de calidad que nos haga sentir orgullosos de mostrarlo y consumirlo. Por lo pronto, sus piscos se están exportando a Suiza y Brasil, alcanzando nuevos espacios con mucho potencial. “Hemos repotenciado esta bodega bicentennial e invertido mucho en implementar una tecnología avanzada, pero sin dejar la tradición, esto nos diferencia y nos hace auténticas. Ha sido todo un reto lograr una producción tecnoancestral”, resalta Claudia. El compromiso hacia nuestro destilado bandera es total, así como con el consumidor final, nacional e internacional: “Llegamos a estándares internacionales. Esta generación que lidero se encarga netamente de mostrar el pisco en su total apogeo, elegancia y finura”.

Como productora, considera que existen dos eslabones principales que caracterizan el éxito y la correcta trazabilidad de la producción del pisco: el viñedo y la bodega o la destilería. “Mientras cuentes con campos, viñedos de sembríos de uvas pisqueras que respalden tu producción y sean el insumo principal para la elaboración del pisco, estamos en buen camino. Es una garantía de calidad a nuestros consumidores finales. ¿Por qué? Porque te encargas del cultivo, sembrío y del control del insumo principal que viene a ser la uva pisquera. En



SAYA, EN ALUSIÓN A LA VESTIMENTA FEMENINA, ES UN CÓCTEL REFRESCANTE A BASE DE PISCO, MATACUY, PIÑA GOLDEN, LIMA Y GINGER BEER.

◆◆ El Perú tiene cinco regiones productoras de este destilado. Estas son Lima, Ica, Arequipa, Moquegua y Tacna. Las ocho variedades de uvas pisqueras son: quebranta, negra criolla, mollar, uvina, italia, moscatel, torontel y albilla.

◆◆ El 27 de julio, en la Plaza de Armas del distrito de Pisco, en la región Ica, se realizará una cata con más de 5 mil copas de pisco puro quebranta por el Día Nacional del Pisco, que se celebra cada cuarto domingo de julio.



EL CÓCTEL FLORA 2025 LLEVA PISCO ETELVINA MOSTO VERDE ITALIA, BITTER DE MORAS, ÓLEO DE UVAS Y ESPUMANTE.

la destilería, mientras se respete la reglamentación, la adecuada elaboración, producción del pisco, la norma técnica peruana y se lleve una buena praxis en la elaboración de nuestro destilado bandera, se acredita la garantía total y la calidad de cara al público”, sostiene.

Y nosotros nos merecemos una producción de calidad que debe disfrutarse en los restaurantes y barras de todo el país. Así lo piensa también Cecilia Monzón, a cargo de la barra del restaurante Saya, en el hotel Manto. Conversamos con ella sobre su perspectiva del consumo del pisco actualmente: “En los últimos años se ha incrementado. Después de la pandemia, muchas bodegas pequeñas han optado por apostar por el pisco y la rotación se ha incrementado. Una de las tareas principales de los bartenders es brindar una buena información acerca del pisco, si no es así va a quedar estancado, sobre todo teniendo en cuenta que antiguamente el pisco no tenía la calidad de ahora”, reflexiona Monzón.

Del mismo modo, ha notado un incremento en el consumo de pisco en la coctelería, tanto de peruanos como de turistas extranjeros. Los insumos de temporada que le dan un balance al cóctel. Dependiendo del antojo del cliente, puede ofrecer un cóctel dulce, cítrico o seco. Hay mucha variedad. “Es muy importante que,

— “ —
NO POR GANAR MÁS O BAJAR
COSTOS SE VA A BRINDAR
UN PISCO DE MALA CALIDAD.
¿CUÁL ES EL PAPEL DE LAS
BARRAS? SOMOS DIFUSORES,
MINI INFLUENCERS DEL PISCO

Cecilia Monzón
 BARMANAGER EN MANTO HOTEL LIMA





LAS VARIACIONES DE COCTELERÍA CON PISCO PUEDEN SER ASOMBROSAS, COMO ESTE CON SABORES CÍTRICOS DE LIMA Y LIMÓN.



De nuestras variedades de uvas pisqueras se generan tres tipos de pisco: puro, mosto verde y acholado. Cada uno con sus propias características, aromas y perfiles de sabores.



Los cócteles más clásicos y emblemáticos de nuestra gastronomía a base de pisco son el pisco sour y el chilcano. El capitán se suma a la lista. También se recomienda tomar el pisco puro. Como toda bebida alcohólica se debe consumir con responsabilidad, acompañado de un vaso de agua.

además de informar, se ofrezca un buen pisco. No por ganar más o bajar costos se va a brindar un pisco de mala calidad. ¿Cuál es el papel de las barras? Pues somos difusores, como mini influencers del pisco”. Para quienes tengan temor de tomarlo o no les guste, por ejemplo, un pisco sour, pueden optar por un sencillo y refrescante chilcano. Si les parece muy caro tomarlo en un bar, donde un cóctel puede costar S/40 en promedio, pueden hacerlo en casa y mezclarlo con frutas de estación. La clave es atreverse a probarlo en sus múltiples versiones hasta descubrir cómo lo prefiere cada persona.

Para la bartender, la promoción en redes sociales es un punto que las marcas deben reforzar. Que muestren más recetas, los tips y nuevas ideas para prepararlo en casa, en una parrilla o en familia durante los feriados de Fiestas Patrias, por ejemplo, es una manera de involucrar nuestro destilado en la cotidianeidad.

CON TODO PLATILLO

En sus 21 años de sommelier, Mirtha Noceda, ha notado una importante evolución y un trabajo comprometido con el pisco: “Hay un grupo de bodegas y fincas productoras comprometidas no solamente con el medio; sino, además, con dejar un legado acerca de nuestra bebida bandera y que no se pierda en el tiempo”, nos dice la también docente. Para ella, educarnos es básico, y una responsabilidad no solo de los productores, sino de todos los involucrados.

Como sommelier nos abre la mente y recomienda involucrar al pisco con nuestra cocina típica criolla como un lomo saltado, ají de gallina, anticuchos, pero también la serrana y, por qué no, consumirlo junto a los sabores de nuestra Amazonía. Bajo esta idea, Noceda nos señala un plato con tosta de plátano bellaco y jamón de paiche. Con los toques ahumados del paiche y la fritura del plátano, más la frescura del tucupí, ella recomienda variedades robustas como la uva quebranta y otra con toques cítricos como la italia, también torontel o moscatel, que tienen perfil aromático. No hay que limitar nuestras uvas, ni con los postres peruanos como picarones, turrón de Doña Pepa, suspiro a la limeña, arroz con leche: “En mi opinión, podemos jugar con los postres y los puros mosto verde y los acholados también, dependiendo de los componentes del plato”.

Valorar nuestras uvas, conocer el inmenso y apasionante universo pisquero e involucrarnos en él, es una tarea pendiente. En estas Fiestas Patrias, brindar con una copita de pisco, será un buen homenaje a nuestra identidad. //

FOTOS: RICHARD HIRANO



LA SOMMELIER MIRTHA NOCEDA MUESTRA UN MARIDAJE CON PLATOS DEL RESTAURANTE AWA Y SABORES AMAZÓNICOS, COMO LECHE DE TIGRE DE MASATO, JAMÓN DE PAICHE Y UN POSTRE DE PANNA COTTA DE COCO Y VAINILLA POMPONA.

♦ Tendencias

ARCHIVO PERSONAL

Desde hace 18 años, Leandro López fusiona la astrología terapéutica con la psicología para guiar a las personas hacia su mejor versión. A propósito de Fiestas Patrias, el experto nos ayuda a ver qué vendrá para nuestro país y anticipa un 2025 marcado por desafíos y transformaciones.

PARA LEANDRO, SABER ES PODER. POR ELLO, INVITA A USAR LAS HERRAMIENTAS DE LA ASTROLOGÍA PARA EL AUTOCONOCIMIENTO. PUEDES SEGUIRLO COMO @ASTROFILICO EN INSTAGRAM.



POR:
**CELESTE
PÉREZ**

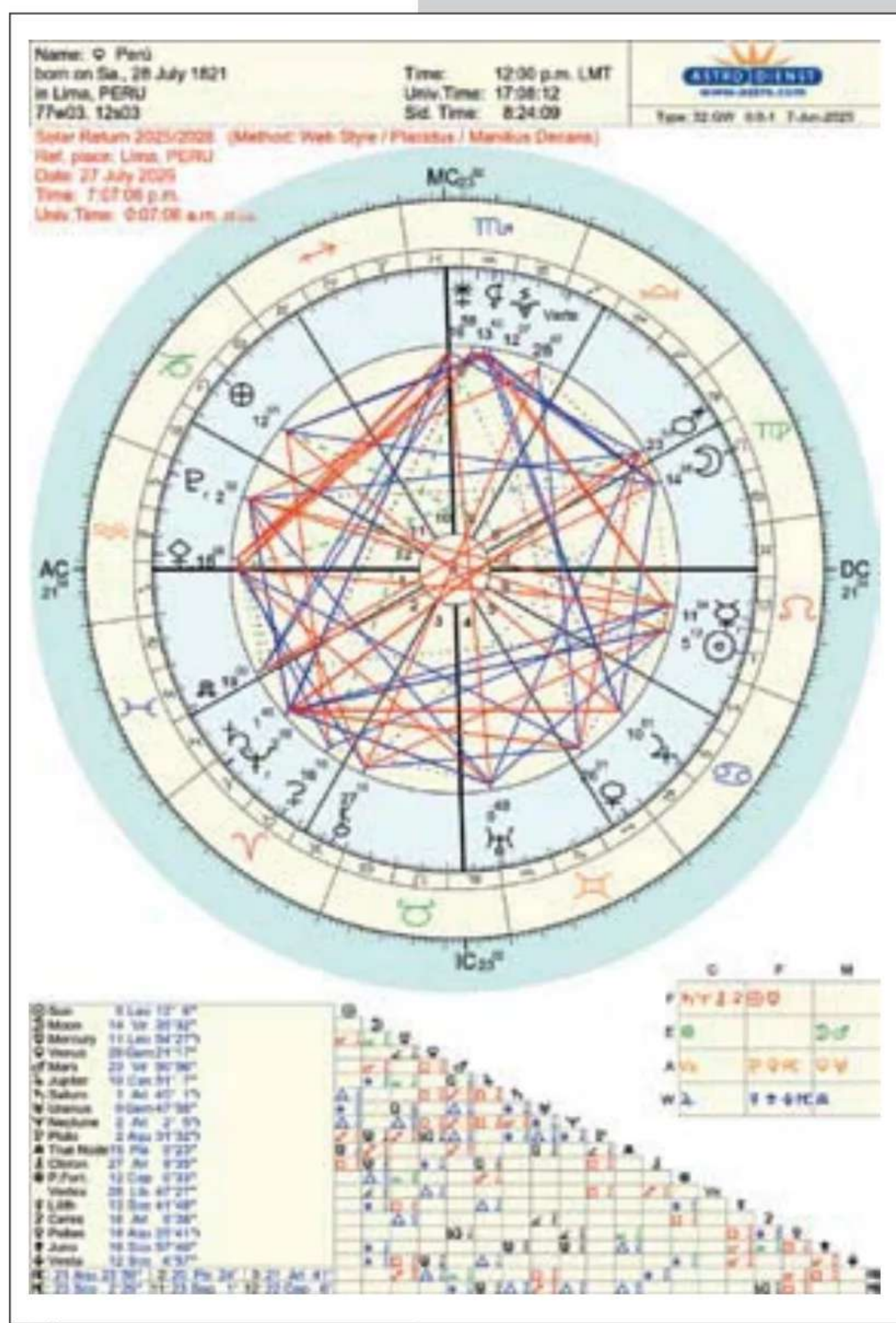
LO QUE DICEN LAS ESTRELLAS

Leandro López lleva más de la mitad de su vida explorando el universo simbólico de la astrología. “Soy psicólogo y astrólogo. Hace 18 años estoy metido en este campo de la astrología terapéutica”, cuenta a **Somos**. A través de sus sesiones, talleres y redes sociales (@astrofilico en IG), Leandro busca desmitificar el lenguaje de los astros y convertirlo en una herramienta accesible de autoconocimiento, una fuente de ayuda para todos.

Lo suyo no es la predicción catastrofista ni la lectura de horóscopos al azar. Su enfoque, como él mismo explica, está en “la evolución psicoespiritual”. Es decir, emplear la carta astral (la posición de los astros en el momento exacto del nacimiento de una persona) “como una brújula que te ayuda a reconocer tus dones, talentos, y encaminarte hacia tu mejor potencial”. La lectura de la carta natal es ideal para conocer tus cualidades según el momento en que naciste y ayuda a tomar mejores decisiones. Por otro lado, la revolución solar (que resalta indicadores sobre lo que se viene en un nuevo año de vida, ideal para hacerlo meses previos al cumpleaños) sirve para encaminar ciertos aspectos de la vida que deseamos cambiar. Para eso, se evalúa en qué lugar es ideal recibir el día de nuestro cumpleaños.

Además de lecturas personalizadas, tránsitos planetarios y sinastría, Leandro ofrece algo poco común: cartas prenatales, útiles para quienes desean programar la llegada de su bebé (mediante cesárea) desde una mirada energética. También dirige una empresa de astrología empresarial y dicta talleres personalizados y cursos de tarot en la plataforma peruana Iluminaria (@iluminaria.pe en Instagram).

Sobre los estereotipos con los que aún carga esta área en la sociedad, López indica que muchos le temen a la astrología porque la asocian con lo esotérico o lo oscuro. “Yo siempre digo que el conocimiento es poder. Cuando comprendes cómo funcionan las energías cósmicas, te sincronizas con el universo, y eso te permite tomar decisiones más conscientes”, señala. Para él, la astrología está lejos de ser una superstición: “La carta natal no es algo que te dice lo que va a pasar sin remedio. Es una herramienta que empodera. El universo es el macrocosmos y cada ser humano es su microcosmos”, concluye. Para conocer más sobre sus lecturas, puede seguirlo en redes sociales o comunicarse al 981 957 219. //



♦ **“Se viene un rostro político completamente nuevo”**

♦♦ Así como cada persona tiene una carta natal, los países también cuentan con ella, rigiéndose en este caso por el día de su independencia. Entonces, ¿qué nos dice la astrología para este nuevo año que comienza para el Perú? “Tenemos al Sol y a Mercurio retrógrados en Leo, lo cual explica el karma que arrastramos con la comunicación. Cuando llegue la luna llena en Leo, en febrero del próximo año, saldrá mucha información interesante: políticos podrían caer, y muchas cosas empezarán a revelarse en ese campo”, adelanta Leandro.

El astrólogo explica que Plutón en Acuario marcará también una etapa de transformación social. “Eso va a hacer que más gente se sienta escuchada, pero también habrá más protestas. Y lo más interesante: se viene un rostro político completamente nuevo. Hay un trígono en signos de aire que no ocurría hace 246 años. Es una señal de cambio profundo”, añade.

Leandro también advierte sobre tensiones económicas entre marzo y junio de 2026. “Saturno retrógrado en Aries, en casa 2, marca limitaciones financieras. Eso afecta al peruano promedio”, dice, alentando a guardar ‘pan para mayo’. Sin embargo, hay esperanza en otros frentes: “Júpiter en buen aspecto con la Luna favorecerá el turismo y fortalecerá nuestra identidad nacional. La gente va a querer reconectarse con su cultura”, explica.

Su consejo para estos tiempos inciertos es claro: conocerse más permite tomar mejores decisiones. “Si entendemos nuestras cartas, y las de los demás, entendemos también que no estamos solos: somos parte de un sistema mayor, y ese sistema también quiere vernos brillar”, reflexiona. //

♦ **Crónica**

UNA

FAMILIA

DE

PAYASOS

No todos crecen entre pelucas, narices rojas y rutinas de improvisación en la cocina. Pero los Oré sí. En esta familia peruana, ser payaso no es un pasatiempo ni una rareza: es una herencia que se transmite con orgullo, entre funciones, carcajadas, maquillaje y amor bajo la carpa.



ÓSCAR GARCÍA

FOTOS:
JOEL ALONZO





UNA FAMILIA
CONSAGRADA A LAS
RISAS. ELLOS SON
NAOMI ORÉ (CHULLPI),
EL PEQUEÑO SAYRI ORÉ
(CAPUCHINO), CHRISTIAN
ORÉ (CANCHITA) Y EL
PATRIARCA LUIS ENRIQUE
(TROMPETÍN O CANCHA).



a historia de los Oré, la familia payaso, comienza con el eco tierno de las viejas historias de carpa. Todo empezó cuando Luis Enrique Oré (60), el patriarca, se enamoró a los 17 años de una bailarina de un circo de barrio. En esa edad en que uno aún cree que la vida cabe en un impulso, decidió dejarlo todo por ella y seguirla, aunque todavía no tuviera ningún talento circense desarrollado. Fue bajo las lonas de ese circo itinerante que descubrió su vocación, por accidente. “Aprendí a ser payaso mirando. Nadie te enseñaba, todos cuidaban sus trucos como secretos. El circo era la escuela”, recuerda hoy, ya convertido en el legendario Trompetín —o Cancha—, figura de La Tarumba y patriarca de una de las familias más entrañables del arte clown en el Perú.

Cuando conocimos a Trompetín, hace unos meses en la carpa de La Tarumba, nos contó que su historia de amor con el circo se la había transmitido sin querer a sus seres queridos. Esa pasión fundacional es la semilla de una dinastía. Tres generaciones después, los Oré siguen pintándose la cara. Christian, su hijo, empezó a jugar a los payasos con su papá cuando tenía solo cuatro años. No porque lo obligaran, sino porque en su casa cualquier desayuno podía transformarse, de pronto, en una escena de improvisación. Padre e hijo ensayaban rutinas, primero para ellos mismos, luego para los amigos. Así nació Canchita, su personaje.

“Mi viejo decía algo en la mesa y yo le seguía el juego, como si estuviéramos en el circo. Improvisábamos y todos se reían.



ARCHIVO HISTÓRICO EC

Ahí supe que quería hacer reír. Que podía hacerlo”, cuenta Christian. Su debut profesional llegó también por accidente, cuando un día faltó un payaso en el circo de su tío Huevito, un cómico ambulante. Era una carpa modesta, de barrio, pero fue suficiente para que el niño de primer grado —que ya sabía maquillarse solo— saliera al ruedo a hacer reír.

UN PADRE PAYASO ES COSA SERIA

Uno podría suponer que tener un padre payaso debe de ser lo más divertido del mundo: un eterno carnaval de bromas y risas. Pero no necesariamente es así. Cada payaso tiene su propia personalidad una vez que se lava la cara y le toca enfrentar las circunstancias del mundo, como cualquier ser humano. Cancha, cuentan sus hijos, podía ser muy renegón a veces, como cualquier papá con niños inquietos en casa. Porque hacer reír también es una profesión, y como toda profesión, dura hasta el último aplauso. Luego viene el revelador proceso del desmaquillaje, cuando el payaso se queda sin armadura.

Cuando era más chico, a Christian le

PAYASOS EN LIMA EN LOS AÑOS SESENTA, DURANTE UNAS CELEBRACIONES DE FIESTAS PATRIAS. DESDE LAS ÉPOCAS DE LA REPÚBLICA, JULIO ES SINÓNIMO DE CIRCOS.

TROMPETINES EL PAYASO MÁS VETERANO DE LA TARUMBA. ÉL HA RECORRIDO EL PERÚ DESDE LOS 17 AÑOS CON LA CARA PINTADA.



JOEL ALONZO

daba un poco de roche tener un papá payaso. En parte porque nadie más lo tenía en su salón y a cierta edad los niños solo quieren encajar, no ser distintos. Eso, sumado a que su padre se aparecía por el colegio vestido de la forma más estafalaria posible, le generaba una incomodidad que solo resolvió con el tiempo, cuando se dio cuenta de que él mismo se inclinaba por las ropas holgadas y la pintura facial. Ya como Canchita, Christian ha ganado concursos nacionales de payaso y ha fundado la Escuela Experimental de Payaso, con la intención de dotar de teoría al gremio y brindar herramientas para que los nuevos artistas puedan profesionalizar su arte.

Años después, Canchita invitaría a su hermana Naomi Oré a uno de sus talleres de clown. Ella acababa de terminar el colegio y no tenía claro qué rumbo tomar. Pero algo se encendió en ese taller: le gustó tanto que, poco después, llegó su primer show. Luego vinieron las funciones para empresas, los eventos infantiles y, finalmente, el nacimiento de Chullpi, una niña traviesa, burlona y con una conexión inmediata con el público. La

familia payaso ganaba así un nuevo rostro para su causa.

“Con Chullpi me divierto mucho. A veces estoy estresada, pero voy a un evento, me transformo y se me pasa todo. El cuerpo se cansa, pero la mente entra en paz”, cuenta Naomi, que ha encontrado su espacio en los eventos privados y corporativos, más que en la arena del circo. Tiene claro que el trabajo del payaso exige entrega total: “De las puertas para afuera, tú eres el personaje. Nada de tus problemas entra al evento”.

LA FUNCIÓN DEBE CONTINUAR

En una familia payaso, las risas no siempre son constantes. A veces hay discusiones, tensiones, tristezas. “Nos hemos peleado con mi papá antes de salir a escena y aun así hemos hecho reír a todos. Después, cada uno seguía molesto, pero en el escenario no se notaba”, cuenta Christian. El año pasado, por ejemplo, fallecieron los dos hermanos de Luis Enrique. Él igual tuvo que trabajar. Naomi también. “Ese día hice un baby shower. Fue un show hermoso, todos me felicitaban. Salí, subí al taxi y me puse a llorar. Pensaba en cómo se sentía mi papá”.

EN LOS AÑOS SETENTA, PAYASOS ENTRETENEN AL PÚBLICO ASISTENTE A LA RECORDADA FERIA DEL HOGAR.



FOTOS: ARCHIVO HISTÓRICO EC

LA FUNCIÓN DE LOS PAYASOS ES ALIVIAR LOS MOMENTOS DE TENSIÓN PROPIOS DEL CIRCO, CON SUS OCURRENCIAS Y BROMAS.



De tal padre, tal hija

♦♦ Una familia singular encarnan Danylo y Karolina Strakhov, dos artistas ucranianos que actualmente se presentan en Lima como parte del Voltoff Cirken, en el Jockey Plaza. Herederos de la reconocida familia Strakhov —célebre por sus actos de acrobacia y el entrenamiento de tigres—, padre e hija comparten un número de mano a mano que exige confianza total, sincronía y amor. Karolina, nacida en 2016, es la artista más joven del espectáculo. Comenzó a entrenar a los 4 años, rodeada de una familia completamente entregada al circo: su padre, su abuelo, su tío y su hermano también forman parte de esta tradición. Con carisma innato y sorprendente destreza, Karolina deslumbra al público en un acto inspirado en el glamour del estilo Gatsby, que combina técnica, emoción y elegancia.

DANYLO Y SU HIJA KAROLINA SON DOS ARTISTAS UCRANIANOS, PERTENECIENTES A UNA DINASTÍA DE ACRÓBATAS QUE SE PRESENTAN EN EL CIRCO VOLTTOFF.

JOEL ALONZO



ARCHIVO HISTÓRICO EC

LUIS ENRIQUE ORÉ MAQUILLA A SU NIETO SAYRI. DETRÁS, SU HIJO CANCHITA HACE LO PROPIO.

UN MOMENTO CLÁSICO DE LAS FUNCIONES CIRCENSES ES EL DE LOS PAYASOS HACIENDO BROMAS AL PÚBLICO.

La dinastía de los Oré se sigue renovando, ya entrada en su tercera generación. Wendy, la única hija de Luis Enrique que no salió payasa, es madre de Sayri Gabriel, el pequeño que ya ha debutado en la arena con su familia, con el nombre artístico de Capuchino. Bajo la carpa del Circo Americano, ubicado en el skatepark de Independencia, el abuelo Oré maquilla con orgullo a su nieto con la pintura blanca del clown. A su lado, una futura adición: la pequeña Emilia Sofía, hija de Naomi, también quiere dar sus primeros pasos en el mundo payaso, como su mamá. El nombre de personaje que le han escogido: Chullpicita.

Para los Oré, lo mejor de ser payaso, más allá de vivir de la noble profesión de hacer reír o de aliviar

momentos difíciles, es predicar con el ejemplo y dignificar su arte frente a los no iniciados. En una ocasión, Canchita y Trompetín decidieron llevar su show a un importante centro cultural limeño donde no fueron bien recibidos al inicio. Los artistas y bohemios los miraban con desdén. ¿Payasos en un teatro? ¿Qué hacen aquí? ¿Se equivocaron? Pero Christian, que sabe de teatro, hizo lo suyo. En escena habló de Stanislavski, Grotowski, la biomecánica. Citó teorías, hizo reír a todos y desarmó prejuicios. Al final, los mismos actores que los habían mirado de reojo fueron a felicitarlos.

“Lo más bonito de ser payaso —dice Christian— es conectar con alguien que no pensó que iba a conectar contigo. Y hacerlo desde la risa. Eso no se olvida”. //

ARCHIVO HISTÓRICO EC



♦ Moda

Con estilo, tejidos y memorias de su infancia, la diseñadora peruana Camila Pareja Lecaros presenta una colaboración cápsula con Basement que consolida su vocación por crear para dejar huella.

HISTORIAS EN DENIM

ESTA COLECCIÓN CÁPSULA ES PRODUCIDA AL 100% EN EL PERÚ. YA ESTÁ DISPONIBLE EN TIENDAS SELECCIONADAS DE FALABELLA, EN SU WEB Y TAMBIÉN EN LA APP.



FOTOS: LUIS MIGUEL OTAYZA

POR:
**CELESTE
PÉREZ**

Camila Pareja Lecaros sigue dando paso firme en el mundo del diseño. Mente y corazón detrás de la inigualable marca local de calzado y accesorios Donna Cattiva, Pareja Lecaros expande su universo 'fashion' con su nueva colaboración de la mano de Basement (Falabella). Una cápsula que celebra su sello de moda atemporal y sofisticado, además de su pasión por el diseño combinada con pasajes de su historia familiar.

Aunque no muchos lo saben, la diseñadora creció entre retazos de tela, agujas y máquinas de coser. Su primer acercamiento a la moda fue en el taller de su abuela Ela, donde, con apenas seis años, ya vendía vestidos de papel decorados con retazos a las amigas que iban a tomar té. "Yo solo jugaba, sin saber que ya era una emprendedora nata", recuerda. Hoy, esa niña creativa rinde homenaje a sus inicios con una colección que tiene



! La colección cápsula de Donna Cattiva x Basement presenta piezas atemporales y sofisticadas, con el denim y los tejidos como punto de partida. El color rojo, en todas sus tonalidades, también es protagonista.

al denim y al tejido como protagonistas: materiales que, para ella, "son memorias en forma de hilos", precisa.

La propuesta —que incluye prendas de vestir, calzado y accesorios— ha sido fabricada íntegramente en el Perú, en edición limitada y con lavados de denim que requieren menos agua. "Creemos en una moda más consciente y sostenible", afirma, orgullosa de que en las etiquetas de cada pieza resalte el "Made in Perú". Pareja Lecaros, define esta colaboración como "una forma de volver al origen", pero también como una apuesta por lo que viene en su marca: diseños con identidad, cargados de emoción y hechos con pasión. "Volver a estos materiales es volver a mí", reflexiona. El resultado, que ha demostrado gran acogida, ya está disponible en tiendas físicas seleccionadas y en la web de la tienda retail. "El denim es mi lienzo en blanco. Y el tejido, el abrazo que siempre me acompaña", concluye la diseñadora. //

Circo beat



POR: **VÍCTOR IDROGO / ICÓNICA**
© @victoridrogo_

VALENTINA ASTUHUAMÁN

3.



1.



2.



5.



4.



1/

Vasos llenos. Laura Bustamante, Valentina López, Valeria Garcés y Kiara Kottke celebran la inauguración de la Pilsen House of Music, en Damian Club, Barranco.

2/

Ganadores. Jao Godinho y María Teresa Chirinos en la final de Pulso: Festival Internacional de Circo del Perú, en Convexia Expo Center del Jockey Plaza. Surco.

3/

Risueños. Felipe Novoa y Hugo Vásquez asistieron al Centro Cultural Ccori Wasi y visitaron la exposición "Ipáamamu - Historias de Wawaim" de Eleonore Lubna y Louis Matton. Miraflores.

4/

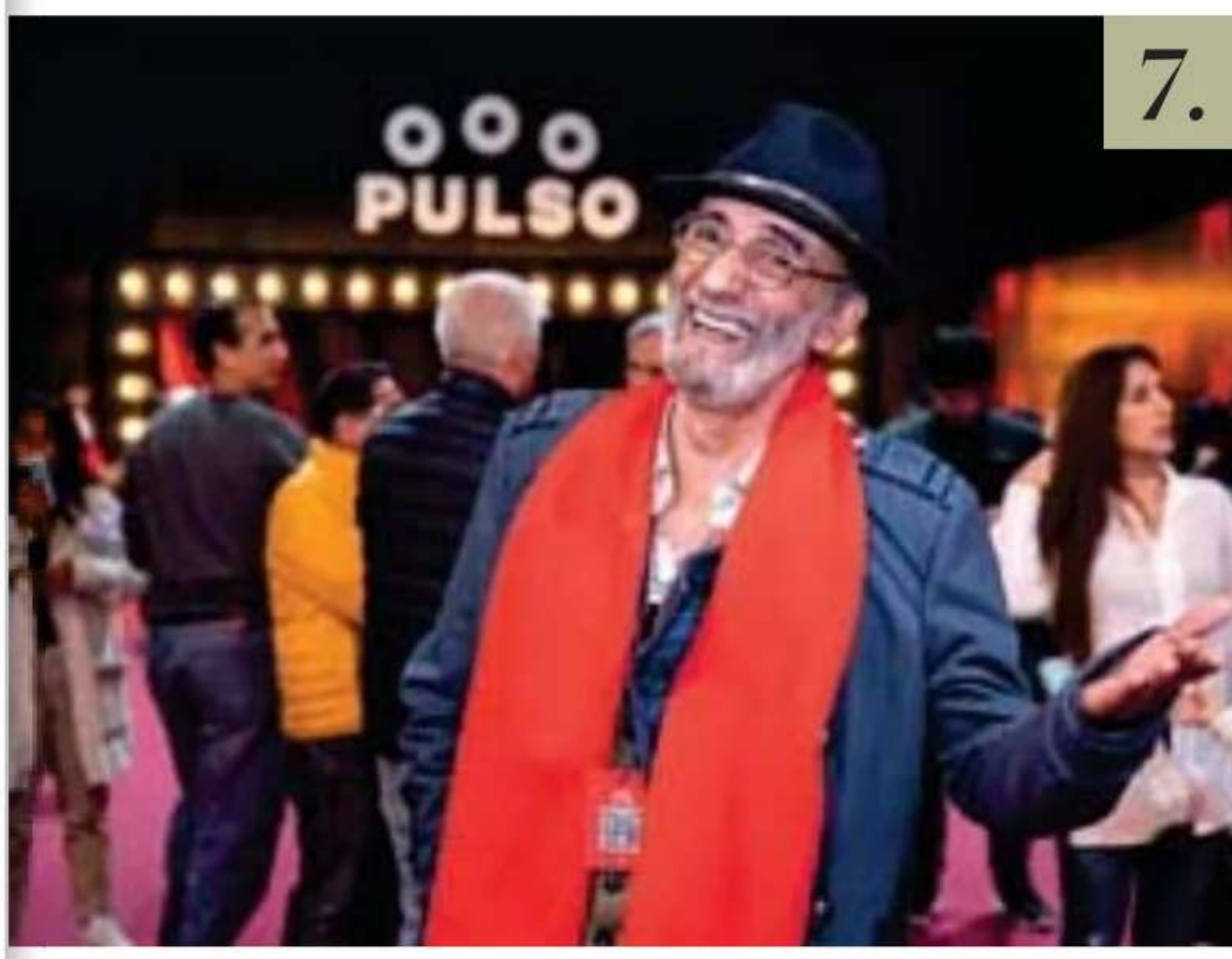
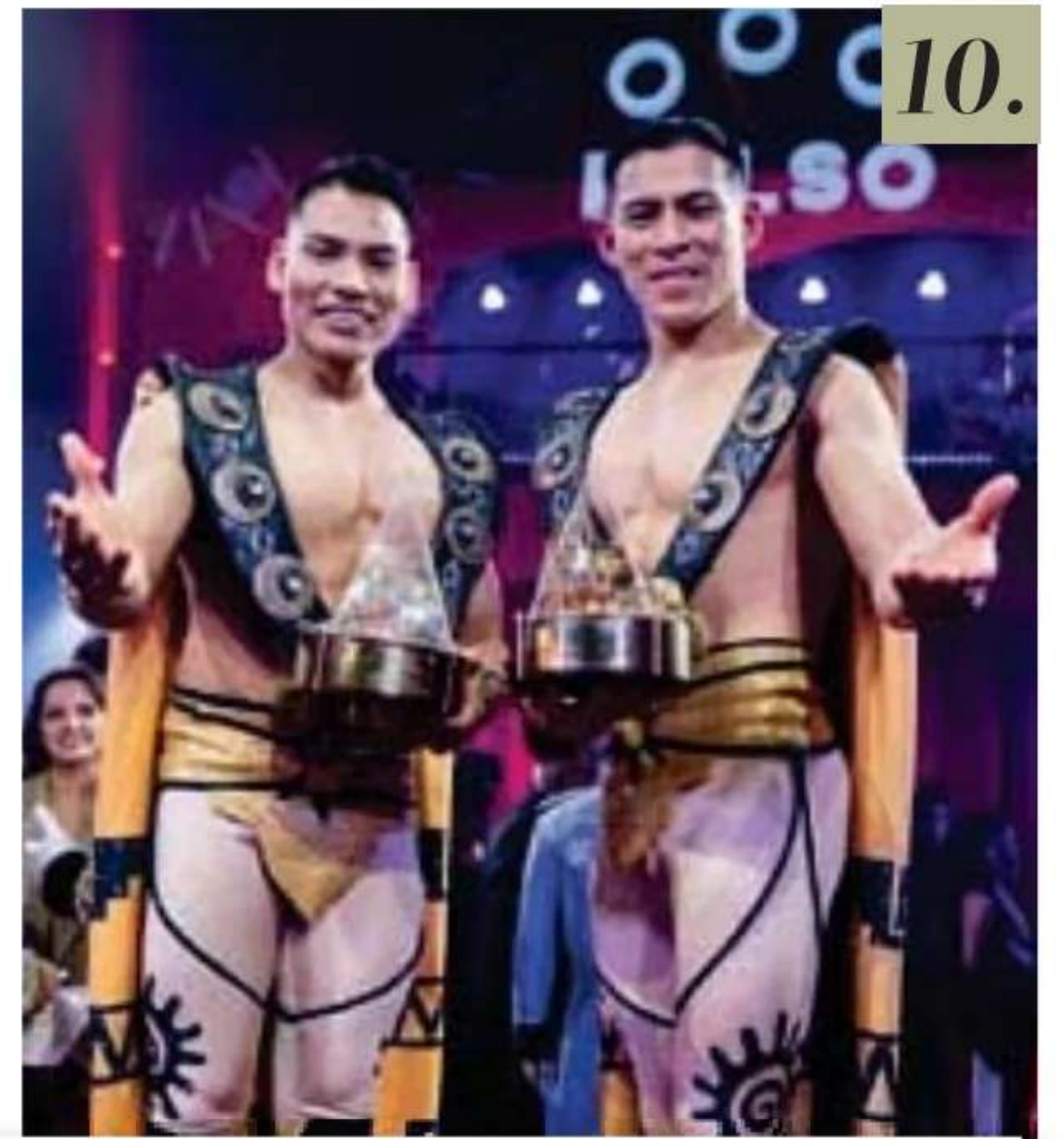
Tigresa. La actriz Ximena Galiano se refresca en la inauguración de Pilsen House of Music, en el local Damian Club, Barranco.

5/

Casa visual. El fotógrafo Enrique Castro-Mendivil en contacto con el público y su obra durante su exposición "Hábitat", en Dédalo Arte y Artesanía, Barranco.



SHEYLA ENRIQUEZ



El ritmo de la noche lo pone el Circo Beat. Esta semana estuvo cargada de arte, expresiones audiovisuales e innovadoras fiestas limeñas.

6/

Mozo, dos más. Valeria Landavere, Sebastián León Prado y Leonardo Rabanal no se perdieron la fiesta Pilsen House of Music, en Damian Club, Barranco.

7/

Corazón circense. El creador de La Tarumba, Fernando Zevallos, acudió a la final de Pulso: Festival Internacional de Circo del Perú, en el Convexia Expo Center del Jockey Plaza. Surco.

8/

Puro estilo. Maja Núñez y Vanessa Balcázar vivieron la experiencia de los jueves en Pilsen House of Music, en Damian Club, Barranco.

9/

Arte entre dos. Herman Marin y Mariana Costa durante la exposición "500 trazos: un retrato abstracto del Perú", del artista chino Wu Jian'an. MALI, Centro de Lima.

10/

Espectaculares. Los artistas Pablo Nonato y Joel Yaicate vivieron de cerca Pulso: Festival Internacional de Circo del Perú, en el Jockey Plaza. Santiago de Surco.

**¿QUIERES QUE
TU EVENTO SALGA
EN CIRCO BEAT?**

Escríbenos a:
claudia.amaya@comercio.com.pe

VALENTINA ASTUHUAMÁN



SHEILA ENRIQUEZ



11/ Fiesteros. Stephany Wagner, Giuliana Camminati, Diego Devoto, Lorena Tregear y Michelle Drinot se adueñaron de la noche en Pilsen House of Music. Barranco.

12/ Encuentros. Mathias Bloch junto al dúo artístico francés Eleonore Lubna y Louis Matton, y Marisa Zanabria, en la exposición "Ipáamamu - Historia de Wawaim" en el Ccori Wasi. Miraflores.

15/ Fans de lo visual. Roxana Arrué, Fiorella Garavito, Rosa Deustua y Erick Rocha en la presentación del documental "500 trazos: un retrato abstracto del Perú". Miraflores Park, A Belmond Hotel. Miraflores.

13/ Entre fotos y copas. Alesandra Puente Arnao y Lorenzo Zolezzi disfrutaron la exhibición "Hábitat" de Enrique Castro-Mendivil, Dédalo, Barranco.

14/ En modo abstracto. Pablo Espinel, Sharon Lerner y Wu Jian'an, el creador de la exposición "500 trazos: un retrato abstracto del Perú". MALI, Lima.

FOTOS: VÍCTOR IDROGO

18



Experiencias EC

//// Exclusivo para suscriptores

Los suscriptores ganadores de las Experiencia EC se rindieron ante las delicias gastronómicas del Hotel B, un espacio lleno de arte en Barranco.

20.



17.



16.



19.



16/

Memoria entre las manos. Las portadas más emblemáticas de **El Comercio** se entregan a los suscriptores ganadores como un recuerdo del momento. Hotel B, Barranco.

17/

Ruta de sabores. Nuestros invitados tuvieron la oportunidad de viajar por el Perú a través de la cocina del Hotel B, un espacio atrevido y vibrante. Barranco.

18/

Personalizado. Enrique Álvarez Calderón, Ricardo Hidalgo y Olva Alva disfrutaron de una experiencia sensorial y única para ellos. Hotel B, Barranco.

19/

El mejor guía. Esta ruta por el Perú y sus sabores más sofisticados fue liderada por Franco Hurtado, chef ejecutivo del Hotel B. Barranco.

20/

Delicias del Perú. Las influencias del chef vienen de la naturaleza, bosques, ríos y el mar peruano. Nuestros suscriptores así lo comprobaron. Hotel B, Barranco.

♦ **Cultura**

JOEL ALONZO. AGRADECIMIENTOS: CASA ALIAGA

POR LA RUTA DE LIMA

Con recorridos guiados y contenido digital, Alejandro Guevara ha logrado que cientos de limeños reconecten con su ciudad desde un lugar inesperado: su arquitectura. En el mes patrio, su historia nos recuerda que conocer el pasado es también una forma de mirar hacia el futuro.

COMUNICADOR DE PROFESIÓN, ALEJANDRO GUEVARA SIEMPRE SINTIÓ AFINIDAD POR LA ARQUITECTURA. ASÍ, HACE DOS AÑOS DECIDIÓ LIDERAR EL PROYECTO PERSONAL ARQUITECTURA DE LIMA, CREANDO RUTAS DE INSPIRACIÓN Y CONOCIMIENTO PARA TURISTAS Y LOCALES.





FOTOS: IG ARQUITECTURA DE LIMA

EN ESTA POSTAL DEL CREADOR DE CONTENIDO, EL ICÓNICO EDIFICIO TRIANGULAR DEL CENTRO DE LIMA, UBICADO SOBRE LA AV. PASEO DE LA REPÚBLICA Y EL JR. LAMPA.

Metas por cumplir

♦♦ De cara a los próximos meses, el creador de contenido y comunicador espera presentar rutas imperdibles en distritos como Pueblo Libre, La Punta y Jesús María. Además, no le cierra las puertas a crear experiencias en otras localidades, como Arequipa. “Me lo han pedido, así que trabajaré en ello y, quién sabe, quizá en un futuro se cumpla”, precisa. De momento, puede seguir su contenido en @arquitectura_de_lima en IG y @arquitectura-delima en TikTok.



POR:
CELESTE PÉREZ

Hace dos años, Alejandro Guevara (@arquitectura_de_lima en Instagram) tomó la decisión de mirar a nuestra ciudad con nuevos ojos. Comunicador de profesión y amante de la arquitectura desde la infancia, lanzó un proyecto que propone una forma distinta de hacer turismo: recorrer la capital peruana desde sus edificaciones, estilos arquitectónicos e historia viva.

“Creo firmemente que la gente no valora un espacio si no lo conoce. Y no lo conoce si no se lo muestran”, explica. Así, Guevara emprendió con una interesante propuesta de rutas mensuales por barrios limeños: el Centro Histórico, Barranco y San Isidro, por mencionar algunos.

El recorrido no es convencional. Se trata de una invitación a ver la ciudad que recorreremos todos los días con ojos de turista. Dispuesto a maravillarse, a no mirar solo



UNA DE LAS EDIFICACIONES FAVORITAS DE GUEVARA ES EL EDIFICIO RÍMAC, EN LA AV. FRANKLIN ROOSEVELT. DATA DE 1924 Y FUE CONSTRUÍDO POR EL ARQUITECTO POLACO RICARDO MALACHOWSKI.

◆ *Primeros pasos*

◆◆ Para quienes aún no se animan a redescubrir el Centro Histórico de Lima, Guevara recomienda algunos de sus edificios favoritos para contemplar y conocer por dentro y por fuera: La Casa Aliaga, para empezar, con sus espacios que invitan a soñar con la Lima de antaño. El convento de Santo Domingo, recién refaccionado, sin olvidar pasar por edificios como el Rímac, el Convento de la Buena Muerte y el teatro Colón. Las citas se reservan a través de Instagram (@arquitectura_de_lima) o en la web www.arqlima.com. Duran alrededor de tres horas y tienen un costo por persona que parte de los S/75.

de frente, sino también a los lados, desde el cielo, pasando por balcones hasta llegar al piso. A través de caminatas, dinámicas grupales y experiencias complementarias como catas de pisco, Alejandro ofrece algo más profundo que una postal: una conexión emocional con Lima.

“Mi idea es mostrar el valor que tiene nuestra ciudad, que muchas veces se da por sentado. Cuando conoces la historia de una casa, entiendes el porqué de su fachada, su estilo, su ubicación. El conocimiento te cambia la mirada”, dice.

UNA EXPERIENCIA PARA TODOS

En lo que va del año, su iniciativa ha convocado a más de 800 personas, y el perfil del público no se reduce a un solo tipo: jóvenes, adultos mayores, familias y turistas curiosos apuestan por sumergirse en sus recorridos. Muchos, incluso, repiten la experiencia. “Hay tantas historias por contar que las temáticas varían cada mes:

IG ARQUITECTURA DE LIMA



EL CENTRO DE LIMA NO ES EL ÚNICO QUE ALBERGA EDIFICIOS CON HISTORIA. EN MIRAFLORES, DESTACA EL EDIFICIO DIAGONAL, FRENTE AL PARQUE KENNEDY. SEGÚN GUEVARA, SU CONSTRUCCIÓN DATA DE LOS AÑOS 50.

violencia, desorden— que el contenido arquitectónico ofrece un respiro. Te permite desconectar a través de la mirada y a la vez te conecta con lo que eres, con nuestra herencia”, apunta.

Aunque nació en Moyobamba y vivió años en Lambayeque, fue en Lima donde encontró su proyecto de vida. “Lima tiene un potencial arquitectónico inmenso, comparable al de otras capitales latinoamericanas. Pero es también frágil: las inmobiliarias están demoliendo casas históricas. Parte de mi labor es documentar, crear

desde el virreinato hasta las órdenes religiosas, pasando por estilos como el republicano o el art déco”, explica Guevara a esta revista.

La arquitectura, para Alejandro, no solo embellece, también consuela. “Estamos tan invadidos de noticias duras —corrupción,





ARCHIVO PERSONAL

CADA RECORRIDO ORGANIZADO POR ALEJANDRO TIENE UN FORO MÁXIMO DE 25 PERSONAS. EN LA RUTA, SE AHONDA EN DIVERSAS HISTORIAS DE LA CAPITAL, EXPERIENCIAS DE INTEGRACIÓN Y MÁS.

un repositorio emocional para que no se pierda esa memoria”, expone, sobre uno de sus sueños más importantes.

De hecho, una de sus metas a corto plazo es consolidar Arquitectura de Lima como una agencia de experiencias. “Hace poco estrenamos página web, y ahora estamos trabajando duro en alianzas con distritos como La Punta y Pueblo Libre”, expresa. Además, no pierde de vista la producción de videoserries en YouTube, donde puede explayarse más sobre pasajes de la capital y su arquitectura. “No se trata solo de mostrar, sino de generar orgullo. A mí me hincha el pecho cuando alguien me dice que ahora ve Lima con otros ojos”, agrega.

De cara a las Fiestas Patrias, Alejandro tiene claro su mensaje: “El Perú, y Lima en particular, tienen tanto por descubrir que no hace falta salir del país para emocionarse. Basta con alzar la mirada y atreverse a caminar”, concluye. La aventura, además, está a solo pasos de distancia. ¿Te animas también a redescubrir la capital? //

BOSÉ
IMPORTANTE
TOUR 2025-2026



2026 MARZO 4 | 9:00 PM | ARENA 1 LIMA, PERÚ

Entradas en
ticketmaster.pe

BBVA

BRANCO R:
**ritmo
 romántica**

PRODUCEN

IFM

BIM

Swing

LICENCIADO POR:
apdayc



HATUN KILLA. SOPRANO DE COLORATURA AUTODIDACTA, HA CANTADO EN QUECHUA EN ESCENARIOS COMO EL KENNEDY CENTER. SU VOZ, DE MÁS DE SEIS OCTAVAS, COMBINA LO ANCESTRAL CON LO SINFÓNICO.

Altas emociones

Ser soprano no es solo cantar agudo: es habitar la cima del sentimiento, y sostener una nota como si la vida dependiera de ella. Adriana Nube, Camila Salazar y Hatun Killa son tres peruanas que han hecho de su voz un destino y un acto de belleza que conmueve desde lo más íntimo. Estas son sus historias.



ÓSCAR GARCÍA

FOTO:
JOEL ALONZO

La voz humana es el instrumento musical más antiguo y —probablemente— el más poderoso que existe en todas las culturas del mundo. Notas debidamente articuladas pueden sacudir emociones y golpear fibras desconocidas que, dicen algunos, son capaces de provocar milagros. Entre todas, las voces femeninas han tenido siempre un estatus especial. Los antiguos hablaban de hechizos envueltos en cantos, como el de las sirenas, cuya fuerza temían porque nadie podía escapar de ella. Ese es uno de los poderes de la voz femenina. También se cuenta que hombres recios se quebraron al escuchar la intensidad vocal de María Callas.

En la llamada música académica o “clásica”, y dentro de la exigente técnica del canto lírico, las sopranos son las verdaderas protagonistas del espectáculo: suelen tener las partes más desafiantes, más vistosas y también las más recordadas. Son las que cantan más agudo, tanto que su timbre puede atravesar una orquesta

ARCHIVO PERSONAL

CAMILA SALAZAR.
RADICADA EN MILÁN,
CANTÓ DESDE SU
VENTANA DURANTE
LA PANDEMIA. HOY
FUSIONA EL CANTO
LÍRICO CON LA
MÚSICA PERUANA
Y CREE QUE ESA
MEZCLA PUEDE
CONQUISTAR NUEVOS
PÚBLICOS.

de 80 músicos y flotar por encima con una autoridad emocional que impone respeto y conmueve.

Para ser soprano se necesita una voz femenina aguda, capaz de alcanzar las notas altas con gracia y expresividad. También son necesarias dotes interpretativas que añadan emoción a lo que, en esencia, es un conjunto de palabras y notas cifradas. Si se trata de una soprano lírica de ópera, los conocimientos de actuación resultan indispensables. En el Perú, tres voces femeninas han hecho de ese privilegio un camino de exploración: Adriana Nube, Camila Salazar y Hatun Killa (nombre artístico de Lilian Cornelio). Cada una se alza desde distintos territorios estéticos, pero todas desde la cima del registro vocal femenino.

Adriana Nube, la más joven del conjunto, tiene 20 años y se encuentra en Alemania, estudiando ópera durante dos meses en la Berlin Opera Academy gracias a una beca obtenida por mérito. Comenzó cantando en un coro de iglesia y luego pasó a Sinfonía por el Perú, donde conoció al tenor Juan Diego Flórez. “Ahí canté por primera vez con una orquesta sinfónica canciones como “El cóndor pasa” u “Ojos azules”, pero en versión lírica. Me fascinó. Fue cuando empecé a investigar sobre ópera”. Su carrera la llevó a grabar junto a Flórez el disco “Zarzuelas”, y este año espera debutar en “La coronación de Popea”, de Claudio Monteverdi. Prepararse vocalmente para ser soprano requiere una constancia casi atlética. Nube ha corrido ya dos medias maratones, solo para mantener su forma física y dar lo mejor de su voz. “La voz lírica es un instrumento, pero también somos actores. Hay que proyectar sin micrófono en un teatro con tres mil personas y una orquesta debajo. Es un deporte de resistencia”.

LA SOPRANO QUE CANTABA DESDE LA VENTANA

Radicada en Milán, Camila Salazar canta con igual soltura un aria de Mozart o un vals criollo. Su camino comenzó en el coro del colegio y

ARCHIVO PERSONAL



CON SOLO 20 AÑOS, ADRIANA NUBE ESTUDIA ÓPERA EN LA BERLIN OPERA ACADEMY GRACIAS A UNA BECA. HA GRABADO JUNTO A JUAN DIEGO FLÓREZ Y SUEÑA CON SER LA SOPRANO PERUANA MÁS RECONOCIDA DEL MUNDO.

la llevó al Conservatorio Nacional, luego de vencer una férrea oposición paterna. Finalmente llegó a Italia, donde se formó entre los mejores.

Probablemente muchos la recuerden como la soprano que, durante la pandemia, salía todos los días a cantar desde la ventana de su casa para animar a sus vecinos y alejar el tedio del encierro. Esa rutina, que duró casi un año, también le permitió conocerse mejor. “Al comienzo cantaba repertorio clásico, el ‘Ave María’, algunas arias, pero luego fui derivando a canciones populares, como las de Elvis Presley. Ahí me di cuenta de que me encantaba cantar géneros distintos, hasta boleros, con técnica lírica”.

El mes pasado, Salazar regresó a Lima para ofrecer en el teatro Segura una muestra de su actual búsqueda: música peruana interpretada desde la voz lírica de la soprano, con un ensamble que no

necesariamente es orquestal. “Veo que fusionar música peruana con canto lírico funciona muy bien. Tenemos que exportar eso. Es hermoso”. En su último concierto cantó “Regresa”, “José Antonio” y “Cariño bonito” con voz de soprano. “La clave está en la flexibilidad vocal y en que te guste hacerlo. Si no lo disfrutas, se nota al toque”.

LAS DESTREZAS VOCALES DE HATUN KILLA

En el mundo de las sopranos hay distintos tipos: ligera, lírica, dramática y de coloratura, estas últimas especializadas en notas rápidas y adornos vocales de gran virtuosismo. El ejemplo más legendario es Yma Súmac, figura clave de la música del mundo y el jazz internacional. En el Perú, una soprano de coloratura que se abre camino es Hatun Killa, que no se formó en conservatorios, sino en la vida. Descubrió su voz por accidente, en

un taller de guitarra, cuando olvidó la letra de una canción y comenzó a imitar con la boca una flauta. “No sabía que eso era canto. Solo imitaba la flauta porque me olvidé la letra”.

Aquella imitación reveló una voz extraordinaria, capaz de trinos y vuelos propios de una soprano de coloratura. Desde entonces ha cantado en quechua en Sicilia, Corea del Sur y el Kennedy Center de Washington. En su voz, conviven lo ancestral y lo sinfónico. Su registro alcanza más de seis octavas y media. “Mi voz cambia de color según el clima. En invierno es una, en verano es otra. Siento que la voz me sale por todos lados, hasta por la nariz. Era difícil de controlar”.

Hatun Killa ha trabajado en proyectos de cine y recientemente en el espectáculo “Morricone trascendental”, donde interpretó partes tanto de soprano como de mezzo con solvencia. “Cuando tienes un don, hay que administrarlo. No copiar. Ser honesta. Yma Súmac es nuestro faro, pero cada quien debe encontrar su propio sonido”. //



GETTY IMAGES

Yma Súmac. Mítica soprano peruana de coloratura, deslumbró al mundo con su registro vocal de cinco octavas y su presencia hipnótica. Es el faro que aún guía a las nuevas generaciones de voces femeninas.

♦ **Lanzamiento**

La cocina como herencia



HÉCTOR SOLÍS EN LA COCINA DEL RESTAURANTE FIESTA, EN MIRAFLORES, UN ESPACIO QUE OCUPA DESDE EL AÑO 1996.

DIEGO MORENO



ARROZ CON PATO ALO-CHADO, PLATO INSIGNIA DEL RESTAURANTE FIESTA.

ED. PLANETA

Héctor Solís celebra los 40 años del restaurante Fiesta con un libro que recoge las recetas, recuerdos y sabores que aprendió en casa. Una historia, contada por el propio cocinero chiclayano, que rescata las tradiciones lambayecanas desde la época prehispánica hasta nuestros días.



POR:
JORGE CHÁVEZ NORIEGA

En la casa de los Solís, ubicada en la urbanización 3 de Octubre, a las afueras de Chiclayo, la cocina era el centro de todo. Héctor Solís creció ahí: entre el aroma del espesado de los lunes, las visitas al mercado con su madre y los secretos para hacer “el mejor arroz con pato del mundo”. Hoy, cuarenta años después de la apertura de Fiesta, el restaurante familiar convertido en emblema de la gastronomía chiclayana, el cocinero presenta “El Fiesta de los Solís”, un libro ilustrado que es recetario, memoria y un testimonio de amor.

“La vida de las culturas que han dado forma al actual Lambayeque se concentra hasta nuestros días en la celebración de la comida”, escribe Solís en las primeras páginas de la publicación. “Hoy, como antes, los herederos del pueblo Mochica se aferran a la misma tierra y a la vida a través de los alimentos”, se lee en otra parte del texto.

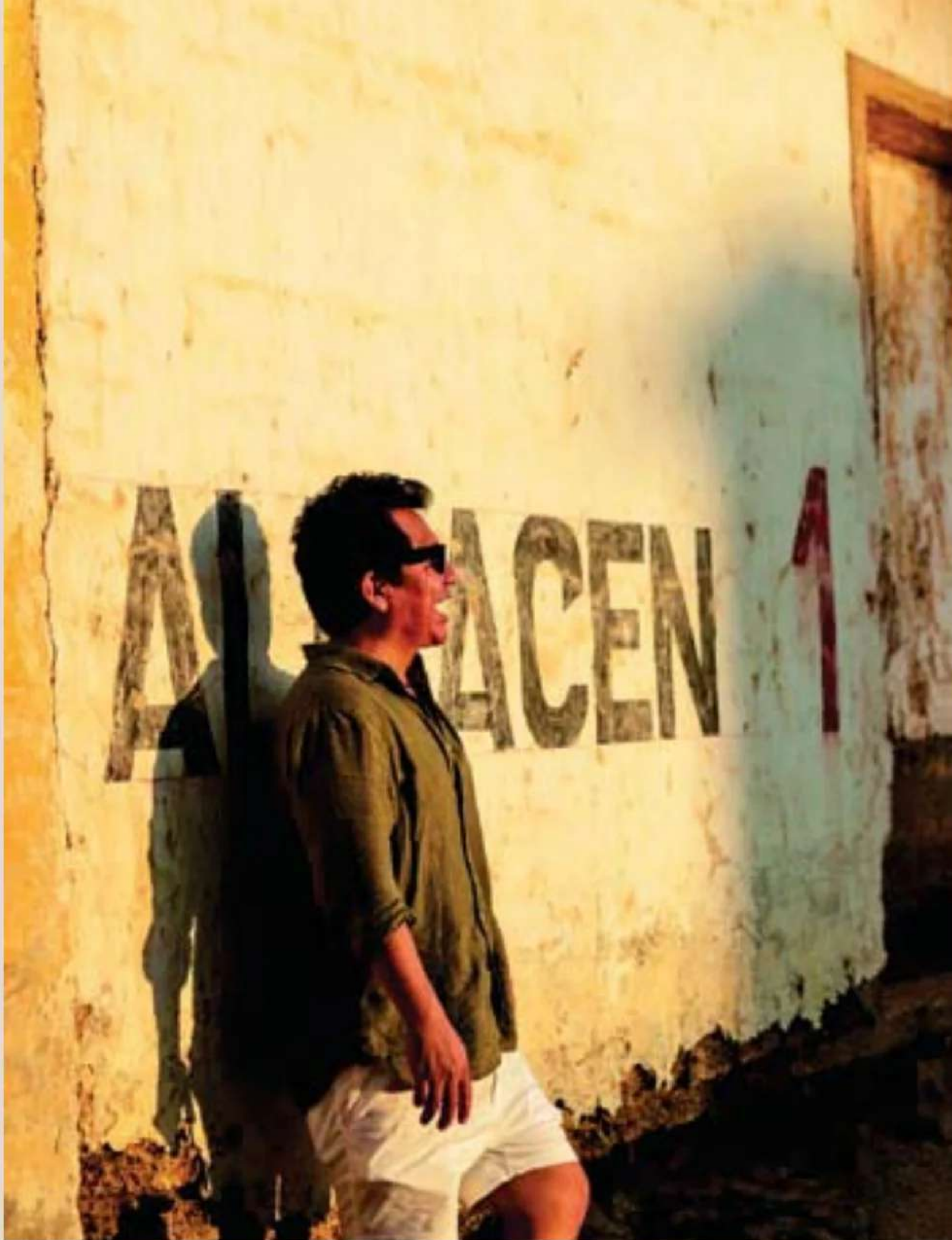
Corría el año 1983 cuando sus padres, Alberto Solís Serrepe y doña Bertha Cruz, apostaron por algo distinto: un restaurante de mantel largo que respetara los sabores del norte. La cocina la dirigía ella, con la intuición y sazón heredada de generaciones. “Este libro cuenta una pequeña parte de lo mucho que podemos contar acerca de la cocina de Lambayeque, que es también la cocina de los mochicas, y cómo nosotros la hemos podido traducir en Fiesta”, le dice el autor a **Somos**.

Aunque estudió Economía, Héctor pronto entendió que su lugar no estaba en una oficina. La vocación ya le hervía adentro desde niño. “Cocino desde los 12 años. Fue algo que se fue dando de manera natural, sin forzar”, recuerda. Lo más importante que tenía que aprender, lo aprendió en su hogar: el orgullo por su tierra, el respeto



ED. PLANETA

LA FAMILIA SOLÍS COSECHA SU PROPIO ARROZ EN LA PROVINCIA DE FERREÑAFE, EN LAMBAYEQUE.



ED. PLANETA

HECTOR SOLÍS
CRECIÓ EN LA
URBANIZACIÓN
3 DE OCTUBRE,
UBICADA A LAS
AFUERAS DE
CHICLAYO.

por los productos de temporada y el lenguaje de las manos que hacen magia a fuego lento. “Me gusta estar aquí, me gusta este momento de mi vida. Cuando estoy feliz, quiero ir a la cocina. Cuando no lo estoy, también”, afirma el cocinero mientras filetea un enorme mero.

DEL CAMPO A LA MESA

Desde siempre, Héctor Solís cocina como le enseñaron: con lo que tiene cerca, con lo que conoce desde pequeño. “Crecí viendo a mi madre cocinar con lo que había, pero siempre con mucho cariño por quienes se iban a sentar a la mesa. Los vecinos pensaban que en nuestra casa siempre había fiesta por los banquetes que se hacían. No exagero. Tú llegabas y encontrabas comida siempre”, rememora.

En el restaurante Fiesta, los platos se cultivan. El arroz con pato, su plato insignia, tiene como fuente un criadero de aves de la propia familia Solís, donde se asegura que el animal tenga una alimentación balanceada. El zapallo loche, ese ingrediente sagrado del norte, no se compra al por mayor: se cosecha en su propio fundo. Y el arroz no es cualquier arroz: es un grano lambayecano seleccionado, fresco y consistente.

Ese mismo cuidado por los insumos

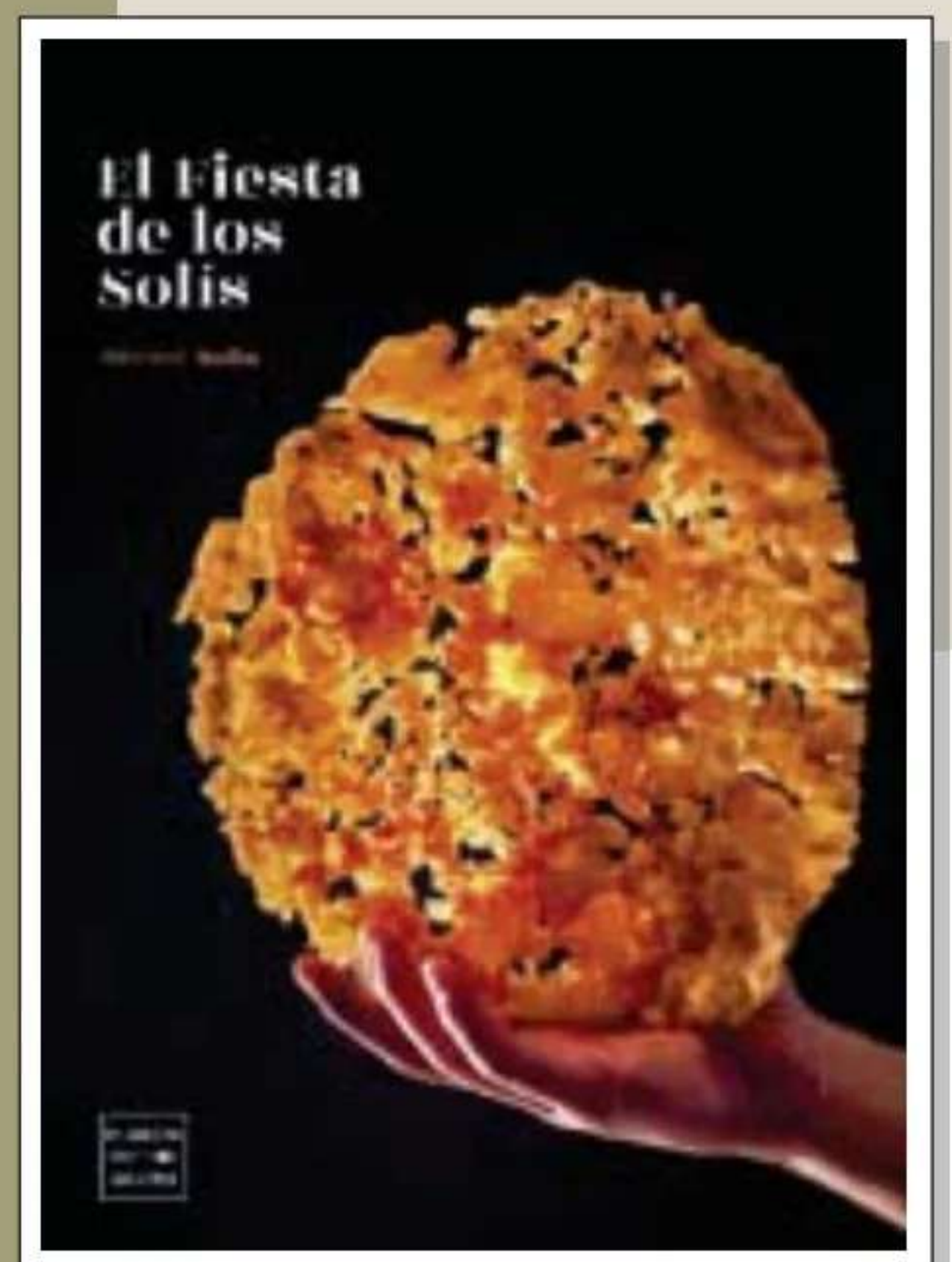
se advierte en otros platos bandera de la carta, como el codillo de lechón asado, adobado con vinagre de uva; en la sangrecita criolla, con su toque de hierbabuena y culantro; en el cabrito lechal, de carne suave y delicada, criado en la zona de Batán Grande; o en el mero Murike, un manjar proveniente de las aguas del Pacífico.

El principal aporte de la familia Solís ha sido poner en valor el sabor del norte profundo: lo sirvieron con elegancia, sin disfraces, y así conquistaron paladares y abrieron camino para que la cocina regional ocupe el lugar que le corresponde. Hoy, además de Fiesta —que mantiene sedes en Chiclayo y Lima—, Héctor Solís dirige La Picantería y otros proyectos donde sigue rindiendo culto a las recetas de su tierra natal. Pero su principal cruzada no ha cambiado: que el Perú no olvide cómo se comía en las casas lambayecanas.

“El Fiesta de los Solís” es parte de esa misión. “La cocina de Lambayeque no necesita ser reinventada, necesita ser respetada. Tiene siglos de historia, técnicas que vienen de los mochicas e ingredientes que solo crecen en nuestro valle”, dice Solís. “Yo cocino para que no se olvide nuestro origen, el lugar de donde venimos”, concluye. //

Para comprar y llevar

♦♦ Héctor Solís, chef peruano y referente de la cocina chiclayana, presentará su libro “El Fiesta de los Solís” (Planeta Gastro) el próximo 2 de agosto a las 8:00 p.m., en el auditorio Clorinda Matto de Turner de la FIL Lima 2025. A través de esta entrega, Solís comparte la historia y la esencia del restaurante Fiesta, que cumple cuarenta años como un ícono de la gastronomía peruana.





29 FERIA Internacional del Libro de Lima



Italia País Invitado de Honor 2025

**¡Ven y disfruta del ciclo de cine
“letras en movimiento”!**



**26 de julio
8:00 p.m.**



**27 de julio
8:00 p.m.**

**18 jul/
06 ago**

Parque Próceres de la Independencia
Av. Salaverry Cdra. 17, Jesús María

Entradas en:

TELETICKET

Organiza



Promueve



Municipalidad de
Jesús María

Con el apoyo de



Ministerio de Cultura

Patrocinador oficial

Fundación
BBVA



LOS HINCHAS PERUANOS EN EL EXTERIOR SUELEN LLEVAR CON ORGULLO LA CAMISETA DE LA SELECCIÓN PERUANA A DONDE VAYAN. EN EL MUNDIAL DE RUSIA (2018), LA HINCHADA PERUANA FUE RECONOCIDA COMO LA MEJOR DEL MUNDO.



POR:
JORGE CHÁVEZ NORIEGA

♦ **En portada**

Julio se viste de rojo y blanco para todos los peruanos, pero hay quienes llevan el amor por el país como una consigna durante todo el año. Un futbolista, un cocinero, una cantante, una científica y una diseñadora de modas convierten sus pasiones en una forma de honrar el lugar donde nacieron. Cinco historias distintas, un mismo orgullo: el de llevar al Perú en la piel, como parte de su identidad. Estos son sus deseos por Fiestas Patrias.

YO ME PONGO LA CAMISETA DEL PERÚ



ROBERTO PALACIOS Y SU MARCA REGISTRADA: TE AMO, PERÚ. PUEDES CONSEGUIR LOS POLOS CON LA FIRMA DEL 'CHORRI' AL SIGUIENTE NÚMERO: 997 939 967.

EN EL VIEJO ESTADIO NACIONAL, ROBERTO PALACIOS MARCÓ UN 'CHORRIGOLAZO' ANTE PARAGUAY. SU CELEBRACIÓN ES RECORDADA POR TODA UNA GENERACIÓN DE PERUANOS.

GIANCARLO SHIBAYAMA

“El Perú siempre ha sido un país con gente que no se rinde”

ROBERTO PALACIOS

♦♦ No solo fue un símbolo en la cancha, también lo fue fuera de ella. En plena eliminatoria rumbo a Corea-Japón 2022, tras anotar un gol con la Blanqui-rraja a la selección de Paraguay, levantó la camiseta y mostró un polo con una frase sencilla pero inolvidable: “Te amo, Perú”. Aquel gesto espontáneo marcó a toda una generación. “Fue uno de los momentos más felices de mi vida”, dice el ‘Chorri’. “Representar a mí país es algo que soñé desde muy pequeño viendo a César Cueto, Cubillas, Uribe”, añade.

Hoy, ya retirado del fútbol profesional, sigue ligado a esa misma emoción: ha convertido esa frase en una marca de polos que él mismo diseña y vende, como quien quiere que ese amor —el suyo y el de millones— continúe latien-

do en el pecho. “Hay tantas cosas buenas que se pueden hacer en nuestro país. Pero lamentablemente no se hacen porque mucha gente entra a gobernar pensando en su bolsillo. Lo que quisiera es que los peruanos podamos tener un presidente que realmente ame al Perú”, afirma el exfutbolista.

Aunque el país enfrente momentos difíciles —tanto en el fútbol como en la política— hay algo que no cambia: la hinchada siempre está. Y esa fuerza, dice, es la que lo inspira a seguir llevando con orgullo el mensaje que marcó su carrera. “El Perú siempre ha sido un país con gente que no se rinde”, finaliza. //



ROBERTO MATTA

“Ponerse la camiseta del Perú es un acto de amor profundo”

EVA AYLLÓN

♦♦ Hay voces que emocionan, y hay voces que representan. La de Eva Ayllón hace ambas cosas. Cada vez que entona un vals, una marinera o un landó, no solo interpreta una canción: encarna al Perú. Con más de cinco décadas de carrera, Eva es la gran dama de la música criolla y símbolo vivo del patriotismo.

El último fin de semana, la cantante presentó la nueva camiseta de la selección peruana junto a otro ícono, el gran Héctor Chumpitaz. “Ponerse la camiseta del Perú es un acto de amor profundo. Es sentir que representas a millones de personas que aman, sufren, luchan y sueñan en este país”, dice la artista. “Cada vez que me la pongo, pienso en todo lo que me ha dado el Perú, en cada escenario donde he cantado con el corazón abierto, en cada rincón donde me han recibido con cariño. Es una manera de decir estoy aquí, soy parte de esta tierra y la llevo en la piel y en el alma”.

Eva dice que sigue cantando para recordarnos que este país tiene mucho por lo que vivir y luchar. “Necesitamos reconocernos como hermanos, con el mismo derecho a vivir con dignidad. Necesitamos líderes con visión, pero también ciudadanos con conciencia”, sostiene la diva del criollismo. “El arte, la música y la educación tienen que ser prioridad, porque ahí está nuestra fuerza. Si no valoramos lo que somos, nadie más lo hará. Y creo de verdad que, si nos volvemos a mirar con compasión y con amor, podemos construir un país que nos abrace a todos”, concluye. //



ANTE MÁS DE 3 MIL PERSONAS, EVA AYLLÓN PRESENTÓ LA NUEVA PIEL DE LA SELECCIÓN JUNTO A HÉCTOR CHUMPITAZ.

“Creo mucho en el potencial de nuestro país”

MARIANA COSTA

CATALINA KULCZAR



♦♦ Fundadora y CEO de Laboratorio, Mariana Costa creó una plataforma que enseña tecnología a mujeres en contextos vulnerables, abriéndoles las puertas a un futuro con más oportunidades, autonomía y voz. Desde que arrancó en 2014, el impacto ha sido concreto: cientos de egresadas trabajando en empresas de tecnología en América Latina, y un modelo de formación reconocido a escala internacional.

En un país donde las brechas de género y la falta de acceso a la educación técnica aún persisten, Mariana apostó por creer en el talento donde pocos miraban. “Yo creo que ponernos la camiseta por el Perú significa encontrar las cosas que nos unen, las historias, la identidad y los sueños compartidos. Todo eso que tenemos en común para realmente generar ese sentimiento de qué significa ser peruanos”, comenta.

“El futuro del Perú es lo que los peruanos y las peruanas queremos que sea, lo que estamos dispuestos a construir juntos. Es una elección consciente que tomamos, desde las acciones más grandes hasta las más pequeñas. Personalmente, veo el futuro con optimismo, porque creo mucho en el potencial de nuestro país”, afirma la científica. //

MARIANA FUE PREMIADA POR EL INSTITUTO TECNOLÓGICO DE MASSACHUSETTS COMO UNA DE LAS PERSONAS MÁS INNOVADORAS DEL MUNDO.



EN 2011, SUMY ASUMIÓ EL RETO DE DISEÑAR LA CAMISETA DE LA SELECCIÓN PERUANA DE FÚTBOL.

“El Perú es un libro abierto esperando que lo descubran”

SUMY KUJÓN

♦♦ Sumy Kujón lleva décadas tejiendo una identidad propia en la moda peruana. Su sello está en el uso creativo de textiles locales, las siluetas que dialogan con la tradición y colecciones que siempre miran al Perú como fuente inagotable de inspiración. En 2011, ese camino la llevó a uno de sus trabajos más simbólicos: diseñar la camiseta oficial de la selección peruana. Una prenda que, más allá de lo deportivo, significó vestir al país con orgullo, historia y pasión.

“Para mí, diseñar la camiseta de la selección peruana de fútbol fue un reto que me tomó cerca de un año de investigación para dar con el concepto ideal, el cual estaba inspirado en el Perú precolombino”, nos dice la diseñadora de modas. “Mi visión del país influyó muchísimo en este trabajo, ya que desde muy pequeña viajé por todo el Perú gracias a que mi padre, que es chino, me llevaba en sus aventuras. Esa infancia que tuve ha hecho eco en mi carrera”, explica Sumy.

Hoy, ella sueña con un Perú con más justicia social, más oportunidades para los pueblos vulnerables y más educación para los niños que no tienen recursos. “El Perú es una despensa enorme y un libro abierto esperando que lo descubran”, comenta la creadora. //



GIANCARLO SHIBAYAMA



*NECESITAMOS RECONOCERNOS COMO
HERMANOS, CON EL MISMO DERECHO
A VIVIR CON DIGNIDAD. NECESITAMOS
LÍDERES CON VISIÓN, PERO TAMBIÉN
CIUDADANOS CON CONCIENCIA*

Eva Ayllón
CANTANTE



EL RESTAURANTE
MAIDO, DE MICHA
TSUMURA, FUE
RECONOCIDO ESTE
AÑO COMO EL
MEJOR DEL MUNDO
EN LA LISTA 50
BEST.

*“Los peruanos hacemos
muchas cosas bien”*

MITSUHARU TSUMURA

♦♦ Lo que empezó como una apuesta personal, pronto se convirtió en un espacio emblemático para la gastronomía peruana que hoy habla en voz alta. Este 2025, Maido fue elegido el mejor restaurante del mundo por The World’s 50 Best Restaurants, un reconocimiento histórico que no solo consagra la propuesta de Micha Tsumura, sino que pone al Perú, una vez más, en el centro del mapa culinario global.

En estos 15 años, Maido consolidó su propuesta y se convirtió en símbolo de identidad, innovación y orgullo. “Los peruanos hacemos muchas cosas bien. El talento es brutal. Hay ingenio. Somos chambeadores. Los emprendedores lo demuestran todos los días. Lo que nos falta es unirnos. Suena obvio, pero hay que trabajarlo. Es como tener un equipo de estrellas donde cada uno juega para su lado. Eso es lo que hay que revertir”, afirma el cocinero.

Micha sostiene que tenemos las armas y recursos para que nuestro país se enrumbe a las vías del desarrollo. “Tenemos minería, agroexportación y una diversidad biológica fascinante. A ello hay que sumarle la solidez económica. Entonces, la base ya está. El Perú tiene mucho para crecer, siempre y cuando hayamos aprendido de nuestros errores del pasado”, comenta.

En tiempos de desencanto, su mensaje es una cucharada de fe: el verdadero partido por un mejor país se juega todos los días. Y si lo jugamos juntos, lo vamos a ganar. //

DIEGO MORENO

Nueva camiseta ◆



POR:
MIGUEL VILLEGAS

EL MANTO SAGRADO

De pie frente a lo que podría ser, sin necesidad de una votación, su casa, Héctor Chumpitaz (81) hace un breve repaso mental de su colección privada de camisetas. Los Húsares de Junín lo miran, atónitos, quizá pensando que en lugar de tener fusil deberían tener papel y lapicero. Los dueños del Bar Cordano le reiteran la invitación, cuando quiera. “Vuelva, Capitán”. Es abril, todavía hace calor y Héctor Chumpitaz acomoda el cuello de su guayabera celeste antes de confesar su ranking personal, su propio ‘top five’ de camisetas usadas en cancha, esas perlas que los coleccionistas clasifican como MW —siglas de Match Worn— y que valoran en miles, miles de dólares.

Aquí, frente a Palacio de Gobierno, luego de grabar cuatro horas un documental, *El Capitán de América*, el defensa central más sabio que alguna vez defendió a la selección, me explica, con la arbitrariedad y el sentimentalismo del que se sabe un rey. “Todas las camisetas tienen algo emotivo, sin duda. Pero esa de 1978 es especial. Los goles de Teófilo fueron únicos”, cuenta.

“A la edad de un infantil es crack”. Así, sin preocupación porque el elogio dinamite su carrera, un diario de la época presentaba en sociedad a Teófilo Juan Cubillas Arizaga (76), que en 1965 tenía solo 15 años y unos pies que se preparaban para conocer Mundiales desde los arenales de Puente Piedra, dos horas al norte de Lima. Su

Fue, sin duda, el Mundial de Quiroga, Chumpitaz y Cubillas. Y fue, sobre todo, la Copa del Mundo donde el Perú presentó la que, aún hoy, es llamada “la camiseta más linda de la historia”. Bring Back del 78 se llama la campaña de adidas que la trae de vuelta, en tiempos en que una chompa de fútbol es una prenda imprescindible en el ropero.

ADIDAS

EL FÚTBOL UNE
GENERACIONES: TEÓFILO
CUBILLAS Y HÉCTOR
CHUMPITAZ PROTAGONIZAN
ESTA CAMPAÑA,
ACOMPAÑADOS POR OTRAS
DESTACADAS FIGURAS
COMO PAOLO GUERRERO O
MAFER REYES.



ARCHIVO HISTÓRICO EC



ESTAMPA HISTÓRICA DEL MUNDIAL ARGENTINA 78, CUANDO LA SELECCIÓN PERUANA JUGÓ FRENTE AL EQUIPO HOLANDÉS EN JUNIO DE ESE MISMO AÑO.

Hace unos días, estos dos próceres se juntaron. Llegaron puntuales, Chumpitaz y Cubillas. No les dijeron mucho, querían que fuera una sorpresa. La firma adidas, encargada de vestir a todas las selecciones peruanas hasta el 2026, tenía lista la campaña Bring Back del 78. Más que un relanzamiento, un guiño al pasado, es una máquina del tiempo que cruza cinco décadas hasta los días de junio de 1978, cuando el Perú despertó una inusitada curiosidad en el Mundial —por ejemplo—, con esa volante que incluía a José Velásquez, César Cueto y Teófilo Cubillas, envueltos en aquel traje de gala. **Somos** fue testigo de este encuentro y, semanas antes, recogió la historia detrás del proceso y cómo se soñó este nuevo modelo de la selección.

Ocurrió en verano de 2023: adidas presentó la camiseta peruana tras su regreso, desde la última vez que vistió a la Blanquirroja, en 1985. Pero había una curiosidad periodística mayor, consultada con gerentes y expertos en marketing de la marca: ¿volverán los viejos modelos de manga larga con el trifolio de adidas Originals? Y si es así, ¿cuándo será posible? La respuesta fue unánime: es lo que más queremos.

En paralelo, la marca se contactó con quien es, doy fe, el coleccionista de camisetas de la selección más obsesivo del país. Se llama Miguel Montalvo Robertson. Este joven ingeniero inició su colección con una joya muy particular: la camiseta número 7 de Juan José Muñante, usada en el Mundial Argentina 78. Le pertenecía a un vecino suyo, cuyo tío había sido doctor de José Carrión, el legendario Chino Pepe, utilero del Perú en ese Mundial. El vecino se lo heredó porque con él “estaría en buenas manos”. Ese modelo MW de la primera fase del Mundial fue prestado por Montalvo y llevado a Colombia, donde sirvió para que adidas diseñara un uniforme exactamente igual, adaptado a las exigencias y estándares de hoy.

Y ese modelo, expresión de un sueño colectivo, símbolo de una Copa del Mundo donde Cubillas y Chumpitaz se volvieron leyendas, fue probado por primera vez, precisamente, por ellos. Como dijo Chumpi, el Capitán de América, tras la sesión de fotos —con los ojos chinitos y la ceja fruncida, como cuando quería dar una orden—: “Me la pruebo y cómo me gustaría volver a jugar”. //

aparición en el torneo Interescolar —ese yacimiento de piedras preciosas que alguien clausuró sin medir sus consecuencias— fue tan explosiva que, solo cuatro años después, ya era titular absoluto en la selección. Ocurrió lo mismo con Pelé, con Maradona, con Messi: el destino los unge y les da eternidad desde la primera patadita.

Los mortales nos damos cuenta, claro, recién con el tiempo. En el caso del Perú, y en el caso del Nene, fue el invierno de Argentina, en 1978. Allí, delante del dictador Jorge Rafael Videla, Cubillas anotó cinco goles (dos a Escocia, tres a Irán), en lo que ha sido, hasta hoy, la actuación de un futbolista peruano más brillante en un Mundial de fútbol. Su tiro libre a los escoceses aún es objeto de estudio para la ciencia. “Yo solo apliqué lo que decía Didi”, me contó una vez el Nene en Fort Lauderdale, donde también es ídolo. La camiseta brilló como nunca, y ese recuerdo todavía late fuerte en la memoria de los peruanos.

Teófilo Cubillas, con ese precioso uniforme manga larga —el escudo grande con las siglas FPF debajo de la franja y el número en la espalda, de cuero negro cosido— le regaló al mundo una primera señal. Y a los peruanos un recordatorio: así nos vestimos cuando queremos sentirnos ganadores.



CÓMO CONSEGUIRLA



Esta colección no solo apela a la nostalgia: es una propuesta actual, pensada para hinchas, coleccionistas y amantes del estilo. Desde el 22 de julio, las piezas podrán encontrarse en tiendas físicas adidas y canales digitales para el público en general.

DONDE EMPIEZA

LA CARRERA

No compiten, pero están en cada paso. Son los cuidadores y entrenadores de caballos: aquellos que construyen confianza y velocidad en estos ejemplares pura sangre, con afecto y mucha paciencia.

Cada mañana, cuando Lima apenas despierta, en los establos del Hipódromo de Monterrico ya hay movimiento. Son las cinco, o incluso las cuatro y media, y los cuidadores —también llamados variadores en este ecosistema— empiezan su rutina con los caballos de carrera. Les hablan, los alimentan, los cepillan con devoción y los sacan a pasear para que estiren sus extremidades, antes de colocarles la montura y llevarlos con su jinete a la pista. Tienen el trato de un atleta de élite porque eso son. Pero para quienes se encargan de cuidarlos son compañeros, familia.

“La conexión con el animalito es bastante especial, sobre todo cuando se comienza desde cero con un potrillo para amansarlo. Es como tener una mascota de trescientos kilos”, nos dice Noel Tantaleán, un joven cajamarquino que se dedica a este oficio desde hace quince años. “Uno ya tiene sus formas para entrar en confianza con el caballito. Después de ocho meses, más o menos, se puede ver si está listo para competir. El debut es bien emocionante por todo el empeño que uno le ha puesto”, cuenta el variador.

Noel tiene a su cargo cinco caballos, entre ellos a Enforceable, un bello ejemplar de color blanco, favorito para ganar el próximo Clásico Independencia, cuyo propietario es el empresario Omar Macchi. La relación entre un cuidador y su caballo es una historia que no sale en la foto final ni en la crónica del ganador. Sin embargo, es ahí donde empieza todo. El vínculo es tal que muchos variadores saben leer el esta-

VÍCTOR VARGAS ES CAPATAZ EN LAS CABALLERIZAS DEL HIPÓDROMO DE MONTERRICO. TRABAJA EN ESTE LUGAR DESDE HACE 40 AÑOS.





**JORGE
CHÁVEZ
NORIEGA**

FOTOS:
GIANCARLO
SHIBAYAMA

NOEL TANTALEÁN,
VARIADOR DEL HIPÓ-
DROMO DE MONTE-
RICO, JUNTO AL CABALLO ENFOR-
CEABLE, QUE COMPETIRÁ
EN EL CLÁSICO INDE-
PENDENCIA.



Una fiesta por el Perú

◆ Además de emocionantes carreras, el evento contará con zonas gastronómicas, juegos para niños y espacios para compartir y disfrutar en familia, con espectáculos y sorteos. Las puertas estarán abiertas de 12:00 m. a 7:00 p.m. El ingreso (por las puertas 3 y 4) y el estacionamiento son completamente gratuitos.

do de ánimo del caballo con solo mirarlo a los ojos. Le reconocen las manías: algunos se inquietan con los ruidos, mientras otros son más tercos que un niño.

Víctor Vargas trabaja en las caballerizas del Jockey Club desde hace cuarenta años y conoce todos los secretos de este oficio. “Mi padre también trabajó aquí, prácticamente he nacido en el hipódromo”, cuenta. Él comenzó como variador y ahora es capataz, una labor que consiste en la gestión y supervisión de todas las actividades relacionadas con el cuidado y manejo de los caballos en un establo. “A media mañana, los caballos ya han entrenado, han comido y descansan. Los cuidadores aprovechan para limpiar sus boxes, revisar las herraduras y preparar la siguiente jornada”, explica Vargas.

MÁS QUE VELOCIDAD

Los entrenadores, por su lado, tienen una labor más técnica, pero no deja de ser emotiva. Su trabajo es construir un caballo ganador sin forzar sus límites. No se trata solo de velocidad. “El caballo de carreras es un deportista profesional y necesita de un preparador. Son animales delicados, propensos a lesiones. Por eso uno tiene que ser sumamente cuidadoso”, nos dice Juan Diego Gonzales-Vigil, exfutbolista profesional reconvertido en entrenador de caballos.

Tras retirarse del fútbol, el ‘Lobo’ —como lo apodaban en las canchas— volvió a una pasión que lo acompaña desde niño: los caballos. Su padre fue preparador durante años y, en casa, hablar de hípica era tan común como hablar de la Liga 1. “Este mundo siempre estuvo cerca de mí”, sostiene. Hoy entrena a cerca de doscientos ejemplares de los ‘studs’ más importantes del Hipódromo de Monterrico, entre ellos Valle Sagrado, Lenci, y el de Paolo Guerrero. “El caballo, además de imponente, es bastante comunicativo. Entrenarlos significa bastante conexión y entendimiento con el animal”, sostiene Gonzales-Vigil.

Este 29 de julio, cuando el himno nacional suene en el Jockey Club y los caballos se alineen para el Clásico Independencia, no solo se celebrará a la patria. De algún modo, es un evento que también permite reconocer el trabajo de todos los que, desde la sombra, hacen posible aquella postal. “El Clásico Independencia no es solo una competencia hípica, es una celebración que moviliza a miles de personas y nos conecta con nuestra identidad peruana”, nos dice Danilo Chávez Abad, presidente del Jockey Club del Perú. “De hecho, es un evento que forma parte de las actividades protocolares del presidente de la República por Fiestas Patrias. Es una tradición que viene desde el presidente Leguía y que hoy llega a su edición número 106. El hipódromo se vestirá de gala e invitamos a todas las familias a formar parte de esta tradición”, complementa.

El aplauso del público será para el caballo ganador, pero en cada galope resonará también el paso constante de quienes los cuidan, creen en ellos y caminan a su lado todos los días. //

LOS CABALLOS Y SUS CUIDADORES CUMPLEN CON UNA RUTINA DIARIA QUE INCLUYE PASEOS, BAÑOS, Y UNA ALIMENTACIÓN BALANCEADA.

“

EL CLÁSICO INDEPENDENCIA NO ES SOLO UNA COMPETENCIA HÍPICA, ES UNA CELEBRACIÓN QUE MOVILIZA A MILES DE PERSONAS Y NOS CONECTA CON NUESTRA IDENTIDAD PERUANA

Danilo Chávez

PRESIDENTE DEL JOCKEY CLUB

ARCHIVO PERSONAL



TRAS SU RETIRO DEL FÚTBOL PROFESIONAL, JUAN DIEGO GONZALES-VIGIL SE DEDICA A ENTRENAR CABALLOS DE CARRERA. HOY TIENE A SU CARGO CERCA DE 200 EJEMPLARES.

Astrología



Aries

Sanas heridas al hablar con honestidad. Es buen momento para reconciliarte, iniciar algo creativo y ganar claridad. Tu voz y autenticidad abren nuevos caminos.



Tauro

Tus vínculos se vuelven más íntimos y emocionales. Tiempo de sembrar nuevas bases en lo afectivo. Una conversación pendiente puede darte paz y claridad interior.



Géminis

Tu palabra tiene poder sanador. Conversaciones importantes pueden transformar relaciones. Es momento de sembrar intenciones desde lo que realmente deseas y ganar claridad en tus decisiones.



Cáncer

Venus llega a tu signo y activa el deseo de amar, cuidar y ser cuidado. Tiempo de nutrirte, soltar viejos apegos y reconectar contigo mismo.



Leo

Ideas poderosas emergen. Es tu momento para brillar y liderar con el corazón.



Virgo

Tu mundo interno se aclara. Conversaciones profundas y momentos de introspección traen respuestas. Es hora de sembrar en silencio, sanar vínculos y reconectar con tu propósito personal.



ELENI POLIZOGOPULOS

@aaquelarre_

Cuando hablar cura

Julio cierra con energía de sanación, siembra y claridad. El 28 tendremos un clima ideal para hablar desde el corazón. Las palabras tienen poder sanador: es momento de reconciliarse con otros o con uno mismo, revisando situaciones del pasado desde una nueva comprensión.

El 29 es buen día para sembrar intenciones relacionadas con la autenticidad, el amor propio y los proyectos creativos. ¿Qué versión de ti mismo quieres empezar a mostrar? El 30, Venus entra en Cáncer, trayendo una marea de sensibilidad en los vínculos. Este tránsito nos invita a nutrir lo emocional, pero también a observar con honestidad nuestras tendencias a depender o aferrarnos.

Para el 31, el Sol se une a Mercurio retrógrado en Leo, marcando el punto medio del ciclo. Es un día de claridad mental, donde pueden surgir ideas reveladoras o nuevas comprensiones sobre procesos recientes. Así, cerramos julio con una invitación clara: sanar, reconectar y avanzar con el corazón más ligero. //



Libra

Es una semana para sanar amistades y fortalecer tu red de apoyo. Nuevos proyectos grupales o creativos pueden surgir.



Escorpio

Se iluminan aspectos profesionales. Conversaciones clave pueden abrir puertas o sanar tensiones laborales. Tiempo de sembrar metas con propósito y liderar desde la intuición y la profundidad.



Sagitario

Semana ideal para expandir tu mente y curar creencias limitantes. Una nueva visión nace desde el corazón. Buen momento para planear viajes o iniciar estudios inspiradores.



Capricornio

Tiempo de soltar el control y abrirte a la vulnerabilidad. Sanas heridas emocionales y profundizas vínculos. Una revelación te guía hacia un nuevo comienzo personal o financiero.



Acuario

Tus vínculos toman protagonismo. Es tiempo de sanar relaciones, tener conversaciones honestas y sembrar nuevas formas de conexión. Una revelación puede cambiar tu manera de vincularse.



Piscis

Semana para cuidar tu cuerpo y emociones. Conversaciones laborales traen claridad. Buen momento para ordenar tu rutina, sanar tensiones y sembrar hábitos más alineados contigo.



EL IMPARABLE MICK JAGGER NACIÓ EL 26 DE JULIO DE 1943 EN DARTFORD, REINO UNIDO. CUMPLE 82 AÑOS.

Test de Proust

*“Soy muy
trabajadora,
pasional y clara
con lo que quiero”*

La actriz Gina Yangali interpreta a Roxana en la obra teatral “Cyrano de Bergerac”, en el teatro La Plaza (Larcomar, Miraflores). Entradas en Joinnus.

Gina Yangali



¿Cuál es tu pasatiempo favorito?

Comer con mis amigos, ver musicales o series en mi casa.

¿Qué sería, para ti, la felicidad perfecta?

Que toda mi familia y las personas que quiero tengan la salud asegurada y que nunca les falte nada.

¿Cuál es el rasgo que más te define?

Soy muy trabajadora, pasional y clara con lo que quiero.

¿Cuál consideras tu peor defecto?

Ser impulsiva y muy pasional.

¿Qué podría sumirte en la más profunda miseria?

Que los que quiero no estén bien.

¿Cuál es el peor defecto que otros pueden tener?

La impuntualidad y la deslealtad.

¿Cuáles son las frases o palabras que utilizas con mayor frecuencia?

Amo.

¿Cuál ha sido tu mayor logro?

Tener mi escuela de teatro musical Club House y dedicarme a la actuación.

¿En qué ocasiones mientes?

Cuando no me quiero mostrar muy emocionada.

¿Cuándo y dónde has sido absolutamente feliz?

Siempre soy feliz sobre el escenario, en las diferentes obras y temporadas que he tenido.*

¿Cuál crees que ha sido tu mayor inversión?

Mi escuela Club House.

¿Qué objeto personal es el que más valor tiene para ti?

Mi celular. No me separo de él.

¿Cuál es la cualidad que más admiras en una persona?

La lealtad y la capacidad de ver el vaso medio lleno aunque no siempre lo esté.

¿Cómo te gustaría morir?

Sin darme cuenta y sin que nadie me vea.

Si murieras y se te permitiera volver convertida en otra persona o cosa, ¿cuál crees que sería?

¡Qué difícil! Por el momento, no creo querer ser nadie más. Tal vez solo una versión mía, más millonaria.

¿Qué talento especial te gustaría tener?

Que me guste hacer deporte y comer bien.

¿Cuáles son tus escritores favoritos?

Leo, especialmente, obras teatrales o musicales, o libros que traten de obras teatrales o musicales, por lo que en su mayoría son historiadores, dramaturgos o investigadores.

¿Qué persona viva te parece despreciable?

Varias, pero sobre todo aquellas que le hacen daño a los niños y ancianos, ya sea un daño físico, psicológico o aprovechándose de ellos. //

El Comercio

A PEDIDO DE LOS FANÁTICOS VUELVE LA COLECCIÓN:

BATIMÓVILES

UNA COLECCIÓN DE 9 RÉPLICAS INCREÍBLES
A **ESCALA 1:32** DE LOS MEJORES AUTOS DE BATMAN



BATIMÓVIL + FASCÍCULO
S/39.90

4TA ENTREGA

1995 BATMAN
FOREVER BATIMOBILE



© & TM DC Comics y Warner Bros.
Entertainment Inc. WB SHIELD: TM & ©WBEI (s17)

!ENCUÉNTRALO EN QUIOSCO!
¡O EN NUESTRA WEB!

Para adquirir el producto, deberá acercarse a su quiosco más cercano y/o, (ii) ingresar a la página web Colecciones el Comercio <https://coleccioneselcomercio.pe/>; y/o, (iii) escribir al WhatsApp 988 070 096. El precio será de S/39.90. Stock de 5,000 unidades en promedio por entrega de la colección. Válido a nivel Nacional desde el 5 de julio hasta el 30 de agosto de 2025. EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC: 20143229816.

